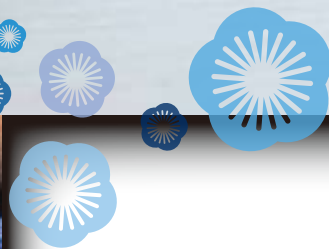




東京 青梅観光ガイド

TOKYO OME TOURIST GUIDE





Ome Blue®

— 青梅の歴史と伝統が織りなす Ome Blue —

かつて、江戸で人気を誇りまちを^{ブルー}藍色に染めた織物、それはこの地で織られた「青梅縞」でした。

染め重ねるごとに深みを増していく^{ブルー}藍色と

織物、酒造、寺社、芸術、食… 豊かな自然の中、歴史と文化を織り重ねてきた青梅。

Ome Blue の青(Blue)は、青梅縞の「藍色」、青空、溪流、若葉、青果等の「青色」、

そして何より青梅の「青」を表しています。

この地で生まれ育った人々の歴史や伝統、文化を織り重ね、現在、

そして未来の青梅へつないで行く、というメッセージも託されています。



観光PR動画(夏編)はこちら



観光PR動画(春編)はこちら



目次

- 03-06 — ハイキング&自然
- 07-08 — アクティビティ
- 09-10 — 季節の花々
- 11-12 — 選べる体験
- 13-14 — 歴史&レトロ
- 15-16 — 宿泊&温泉
- 17-18 — 青梅グルメ
- 19-24 — おすすめコース3選
- 25-28 — 青梅観光便利帳、イベントカレンダー
- 29-30 — 青梅MAP



観光PR動画(秋編)はこちら





ムササビの棲む
自然豊かな山



A photograph of a forest stream with mossy rocks and two hikers. The stream flows over large, moss-covered boulders. Two hikers are visible: one in the foreground wearing a white shirt and a hat, and another further up the stream wearing a blue shirt. The surrounding forest is lush and green.

“わんこ”も一緒にお参りできる♪



武蔵御嶽神社

MAP I

御岳山山頂に鎮座する神社。天平8年(西暦736年)、行基が蔵王権現の像を安置したと伝えられ、古くから修験場として栄えました。平安時代から江戸時代には有力者や武士から厚く信仰され、大鎧や太刀・刀などが数多く奉納されました。これら国宝を含む貴重な文化財は、宝物殿で観ることができます。
「おおくまがみ」「おいぬ様」と呼ばれることから、愛犬と一緒に健康祈願する人達でも賑わっています。

📍 青梅市御岳山176

☎ 0428-78-8500

🚶 ケーブルカー御岳山駅から徒歩25分

🕒 祈願受付時間 9:00~16:00 無休

(宝物殿は9:30~16:00 平日休館)

💰 無料(宝物殿は大人500円、小人300円)



わんこのお守り



ペット守り



犬形代

武蔵御嶽神社HP



だいだいかぐら 太々神楽

江戸時代から、社家により代々受け継がれている神前神楽です。和楽器の演奏と舞を神様に奉納します。東京都指定無形民俗文化財に指定されています。

《一般公開》

📍 神社神楽殿

🕒 6月 第3日曜日 11:00~

10月 体育の日 11:00~

6~11月 第4日曜日 20:00~

《新神楽》

📍 鳥居前広場

※日程はお問い合わせください

心も身体も清めてリフレッシュ!



宿坊

MAP I

信仰の山・御岳山には、宿坊が20軒余り点在しています。もともとは、参拝者のための宿でしたが、近年は観光客の受け入れをするところも増えてきました。朝食前のお祓いや滝行など、宿坊ならではの体

験ができます。お部屋やお風呂は普通の宿のような設備で、お食事は精進料理ではなく、地元の食材を使ったお料理が多く、宿坊をはじめでも気軽に利用できます。



山楽荘



御岳山荘



駒鳥山荘

宿坊ごとに特徴があります。色々な宿坊に泊まって、違いを楽しむのもオススメです。

宿坊一覧

茅葺き屋根の都指定有形文化財、インターネット設備完備、貸し切りの雲上眺望風呂など、さまざまな特長のある宿坊で、山の空気を堪能し、ゆっくりお過ごしください。

- | | |
|---------|-----------|
| ① 秋山荘 | ⑫ 西須崎坊 蔵屋 |
| ② 憩山荘 | ⑬ 能保利 |
| ③ うつぼや荘 | ⑭ 旅館はらしま |
| ④ 片柳荘 | ⑮ 藤本荘 |
| ⑤ 東馬場 | ⑯ 町久保田 |
| ⑥ 駒鳥山荘 | ⑰ 麻知家 |
| ⑦ 山楽荘 | ⑱ 丸山荘 |
| ⑧ 山香荘 | ⑲ 御岳山荘 |
| ⑨ 静山荘 | ⑳ 南山荘 |
| ⑩ 高名荘 | ㉑ 嶺雲荘 |
| ⑪ 登奈利荘 | |

詳細は、P26をご覧ください ➡



青梅市内ハイキングコース 4選！

半日でも気軽に自然を満喫できます。ハイカーが訪れやすい登山コースとして人気です。

01 青梅丘陵ハイキングコース

距離
11.0km

時間
355分



コース

青梅駅側から宮ノ平駅までの区間は平坦な道で穏やかな丘陵です。
矢倉台から榎峠までの区間はアップダウンが連続し、急な登りもあります。

START



市内でもっとも親しまれているコース



矢倉台休憩所辺りからの眺め



辛垣城跡

02 霞丘陵ハイキングコース

距離
6.0km

時間
130分



コース

霞丘陵自然公園から岩蔵温泉までの勾配の少ない、歩きやすいコースです。
ハイキングをしながら季節の花々を楽しむことができます。

START



霞丘陵自然公園からスタート



立正佼成会 桜並木遊歩道



ハイキングコースの分岐点にご注意ください。



空気が澄んだ日には、富士山を見ることができます。

03 長淵山ハイキングコース

距離
9.0km

時間
160分



コース

お手軽ながらも赤ぼっこ山からの眺望が素晴らしく、
軽めのハイキングしたい方や初心者にもオススメです。

START

天祖神社

約50分

旧二ツ塚峠

約20分

馬引沢峠

約20分

赤ぼっこ

約10分

天狗岩

約30分

要害山

約30分

梅ヶ谷峠入口

GOAL



ハイキングコース入り口



馬引沢峠の分岐点



赤ぼっこ。左側が御岳山方面、右側が都心の風景が見渡せます。

04 高水三山ハイキングコース

距離
9.4km

時間
235分



コース

標高差約550mの登山縦走コースになります。
川沿いや岩場を歩くこともあり、道中は大変滑りやすくなっています。必ず登山靴で登りましょう。

START

軍畑駅

約30分

高源寺

約60分

常福院
高水山

約35分

岩茸石山

約40分

惣岳山

約70分

御嶽駅

GOAL



高水山登山道入り口



高水山常福院



岩茸石山までは険しい道のりが続きます。

装備は万全ですか？

気候が安定していても、山の自然環境によるリスクを軽減するために、
登山に適した服装を選びましょう。

- ① 長袖長ズボン…虫刺されの防止に 短パンの際はタイツを！
- ② 帽子…日よけや雨天時の視界の確保に！
- ③ ザック…両手を自由にするため！
- ④ 登山靴…滑りにくい靴を スニーカーなどはNG！

水分、雨具、ゴミ袋、冬場の雪装備も忘れずに!!





美しい景観の御岳溪谷で川遊び！



多摩川の上流にある御岳溪谷は、日本名水百選に指定されている景勝地。釣りやカヌー、ラフティングなどのリバーアクティビティを伸び伸びと楽しめます。近くに美術館や酒蔵があり、散策にもおすすめです。



大自然のなかで思いっきり遊ぼう！



リバーアクティビティ

水質の良い御岳溪谷では、釣りやカヌー、カヤック、ラフティングなどの川遊びを思いっきり楽しめます。釣りは、ルアーやフライ、エサ釣りでもでき、ニジマス、ヤマメなど、とりたてをそのままバーベキューできます。お子さんでも楽しめるアットホームなカヌーの体験教室もあり、お子さんも、大人や上級者も大満足！ ※河川水難事故防止！天候や川の流れに十分注意して楽しみましょう。

① 奥多摩フィッシングセンター

MAP J

(釣り／バーベキュー)

☆ 青梅市御岳2-333 ☎ 0428-78-8393

📍 JR御嶽駅から徒歩15分／自動車の場合、青梅街道(国道411)からご入場ください。吉野街道(都道54号)からはご入場できません。

🕒 7:00～16:00(12月～2月は7:30～16:00) 年末年始休業。臨時休業あり。

⑤ エサ釣り3,600円、ルアー＆フライ4,000円(高校生以下、女性3,500円)

※1名あたり10尾まで

⑩ 100台



② グラビティ(カヤック)

☆ 青梅市柚木町3-787-9 ☎ 0428-76-0981

③ みたけレースラフティングクラブ

(ラフティング・ダッキー)

☆ 青梅市御岳本町359 ☎ 0428-74-9453

④ 多摩川ラフティング winds

(ラフティング・シャワークライミング・ダッキー)

☆ 青梅市柚木町2-411-1 ☎ 0428-85-9210

⑤ 有ビッグウェーブ青梅店

(ラフティング・キャニオニング)

☆ 青梅市和田町2-597-1 ☎ 0428-74-9100



事業者一覧は、
P27をご覧ください ➡



多摩川の清流が育んだ銘酒



小澤酒造(澤乃井)

MAP J

「澤乃井」でおなじみの小澤酒造。

創業300年以上の伝統を受け継ぐ酒蔵を見学できます。

奥多摩の湧水で仕込まれた東京の地酒ができるまでを見学した後は、

「きき酒処」や溪谷を臨む「清流ガーデン 澤乃井園」で乾杯！

小澤酒造(酒造見学) 無料。要予約

☆ 青梅市沢井2-770

☎ 《予約》一般(1~10名) HPのWebサイトより

団体(11名以上) 0428-78-8215

🚶 JR沢井駅から徒歩5分

🕒 1日2回(13:00、14:00)所要時間30分。

※団体(11名以上)は原則平日のみ受付

月曜日定休(祝日の場合は火曜日)



きき酒処では、5勺(90ml)の
きき猪口がついてきます



きき酒処 有料

☎ 0428-78-8210

🕒 10:30~16:30 月曜日定休(祝日の場合は火曜日)

澤乃井園(売店・軽食)

☎ 0428-78-8210

🕒 10:00~17:00(軽食11:00~16:00)

月曜日定休(祝日の場合は火曜日)



御岳溪谷が眺望できる 澤乃井園



左/大吟醸「鳳(こう)」
右/純米吟醸「東京蔵人」

ままごと屋

☆ 青梅市沢井2-748

☎ 0428-78-9523

🕒 11:00~17:00(L.O 14:30)

月曜日(祝日の場合は火曜日)・

金曜日(祝日と11月は営業)定休

※事前予約制



ままごと屋 楓コース

CAFE雫

☆ 青梅市沢井2-748

☎ 0428-78-9523

🕒 10:30~16:30(L.O 16:00)

月曜日定休(祝日の場合は火曜日)

豆らく

☆ 青梅市沢井2-748

☎ 0428-78-8223

🕒 11:00~16:00(L.O 15:00)

月曜日定休(祝日の場合は火曜日)



豆らく おぼろ豆腐膳

小澤酒造HP



澤乃井きき酒処



蔵元直営店「きき酒処」は澤乃井園内にあり、澤乃井おすすめのお酒を常時10種類程をご用意しております。5勺のお猪口付で1杯300円から。きき酒を通じて様々なお酒との出会いをお楽しみ下さい。

紅葉が名水百選に選ばれた御岳溪流を彩る

御岳溪谷の紅葉

期間:11月上旬~下旬

巨岩を縫うように白波を立てる溪谷、鮮やかに浮き立つ紅葉のアーチなど、雄大な自然をお楽しみください。

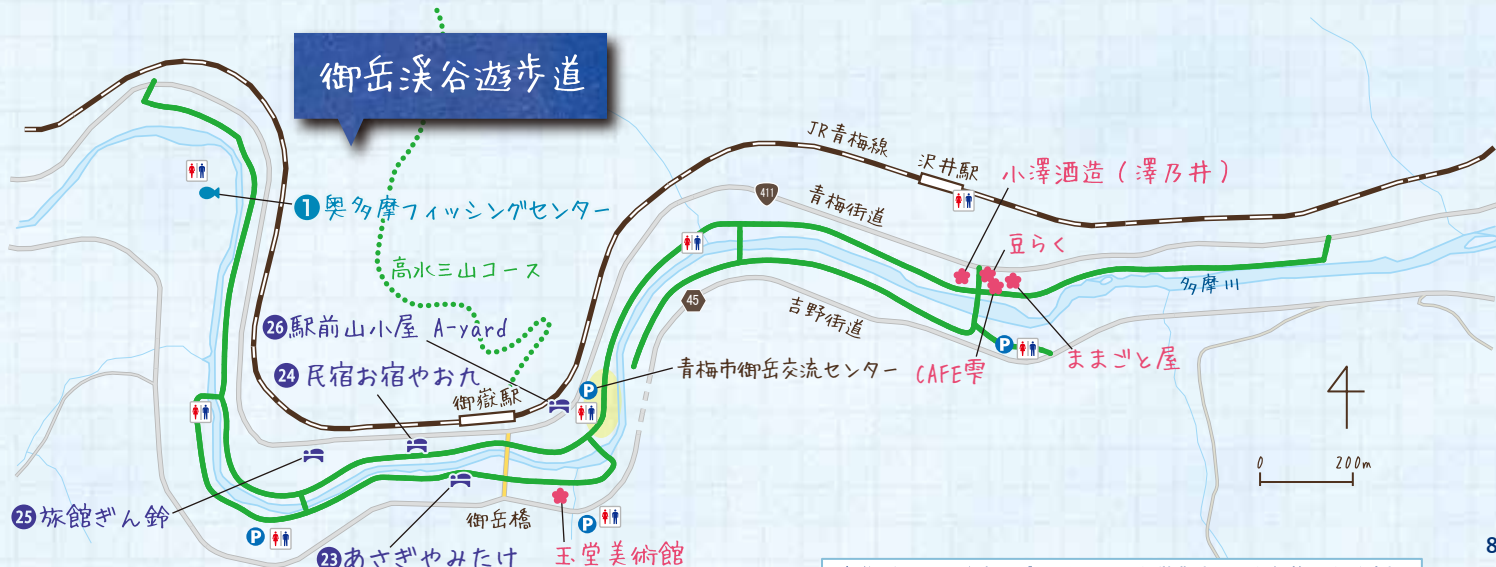
🚶 JR御嶽駅周辺遊歩道

⑤ 入場無料

⑥ 青梅市御岳交流センター(有料)



御岳溪谷遊歩道





季節の花に会いに行こう！

塩船観音寺の約2万本のツツジや、吹上しょうぶ公園の250品種以上の花しょうぶが楽しめます。梅の公園、霞丘陵ハイキングコースでは、季節の花々が迎えてくれます。

新たな梅の里へ



梅の公園

MAP D-3

3月



「吉野梅郷梅まつり2024
フォトコンテスト優秀賞作品」



咲かせよう！ 僕らの夢と梅の花



青梅市公式キャラクター
(ゆめうめちゃん)

かつては、日本一の観梅名所にも選出された梅の公園ですが、平成21年にウメ輪紋ウイルスが確認され、すべての梅を伐採する大変厳しい状況でした。しかし今では、再植樹を終え、新しい梅の木々が観光客の皆様をお出迎えています。一年一年成長していく姿をご覧に、ぜひお越しください。

☞ 青梅市梅郷4-527

☎ 0428-22-1111 (青梅市公園緑地課)

🚶 JR日向和田駅から徒歩15分／

JR青梅駅から都営バス【吉野行】乗車「吉野梅林」バス停下車 徒歩2分

🕒 入園自由

📍 あり

梅まつり期間は吉野梅郷地域の駐車場を利用



新護摩堂弘誓閣

自然を感じるリフレッシュコース



霞丘陵ハイキングコース

MAP F-3, F-2, G-2

9~10月



リコリス(9月下旬~10月上旬に見頃)

塩船観音寺の奥にある霞丘陵自然公園から岩蔵温泉まで続きます。勾配が少なく歩きやすいコース。

☞ 霞丘陵自然公園～岩蔵温泉

🚶 JR河辺駅から徒歩35分(霞丘陵自然公園側スタート地点)

🕒 無し

所要時間: 約2時間

MAP A-3

8~9月

レンゲショウマ(御岳山)

御岳山の斜面には、数万本のレンゲショウマが群生しており、レンゲショウマの群生地としては、関東有数と言われています。



MAP K

MAP E-3

4月

枝垂桜(梅岩寺、金剛寺)

梅岩寺と金剛寺の枝垂桜は姉妹樹と言われ、ともに樹齢150年。例年4月上旬ごろが見頃です。



カラフルな絶景！



塩船観音寺

MAP F-3



4~5月

室町時代に建立された本堂や阿弥陀堂などは国の重要文化財に指定されていて、「花と歴史の寺」として親しまれています。4月中旬から5月上旬の「つつじまつり」には約2万本のツツジが咲きそります。ほかの時期にもアジサイ、萩、彼岸花等、季節の花が楽しめます。

塩船観音寺HP



📍 青梅市塩船194

☎ 0428-22-6677

🚶 JR河辺駅から徒歩35分／JR河辺駅から都営バス【塩船循環】または【裏宿町行】または西東京バス【塩船観音寺経由小作東口行】乗車「塩船観音入口」下車 徒歩10分／圏央道・青梅インターから10分

🕒 8:00~17:00 無休

💰 つつじまつり期間は大人300円、小人100円

🅐 200台(つつじまつり、初詣期間は有料)



本堂



ツツジ園

初夏の風に誘われて



吹上しょうぶ公園

MAP F-3

5~6月



霞丘陵の一角、勝沼城跡歴史環境保全地域に囲まれた谷戸(丘陵が侵食され作られた谷状の地形)を生かし整備されました。5月下旬~6月下旬に開催される「花しょうぶまつり」期間には、250品種以上の花しょうぶが咲き乱れます。紫はもちろん、白、青、ピンクなど、色とりどりの花々がお迎えいたします。

📍 青梅市吹上425

☎ 0428-22-1111 (青梅市公園緑地課)

🚶 JR東青梅駅北口から徒歩15分／JR河辺駅から都営バス【塩船循環】または【裏宿町行】乗車「吹上しょうぶ公園入口」バス停下車／圏央道青梅ICから15分

🕒 9:00~17:00 水曜日・12~2月休園。

花しょうぶまつり期間は無休

💰 まつり期間は大人200円、小学生以下無料

🅐 あり



MAP F-1

3月

桃(安楽寺)

境内の一角にある桃の林は見事。例年3月下旬が見頃です。



御朱印集めを楽しもう！

青梅には歴史あるお寺や神社がたくさん！その多くで御朱印をもらうことができます。御朱印とは、お寺や神社を参拝した記念として押してもらい印のこと。お好みの御朱印帳を用意し、歴史あるお寺・神社のパワーを集めに青梅で御朱印巡りに出かけましょう！

👉 神社の一覧は、P25をご覧ください

塩船観音寺の御朱印



本堂
御本尊

花の寺
平和観音



御朱印帳

様々なデザインの御朱印帳があります。

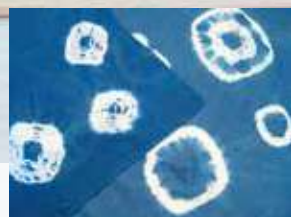
体験プログラム

江戸時代に一世を風靡した青梅縞を復活させた「藍染工房壺草苑」では、藍染体験ができます。

Ome Blue に染めよう!

藍染体験

上/Tシャツ
右/藍染体験作品例(ハンカチ)



藍染工房・壺草苑では、藍染が大流行していた江戸時代と変わらぬ、天然藍灰汁醗酵建てという技法で、ストールや洋服などの藍染商品を制作しています。自然界からとれる原料のみを使用し、手間を惜しまず染めた藍の色は、他の方法では再現できないあたたかさや奥深さがあります。藍染体験で、オリジナルの藍染ハンカチやバンダナ、Tシャツ、ストールを制作してみませんか?

藍染工房・壺草苑 MAP E-4

📍 青梅市長淵8-200
☎ 0428-24-8121
🚶 JR 青梅駅から徒歩20分/JR 青梅駅から都営バス駒木町(循環)乗車「長淵七丁目」バス停下車徒歩5分/圏央道青梅ICから15分
🕒 10:00~18:00
🔥 火曜日定休・年末年始休業

「藍染体験」

土・日・祝日のみ 10:00~13:00~
おてがるコース(絞り染め)
ハンカチ 2,750円
バンダナ 3,300円
じっくりコース(絞り染め)
綿ストール 6,600円
半袖Tシャツ 7,700円
お持ち込みコース
天然素材のもの限定。
素材確認後のお見積りとなります。
※3日前までにホームページよりご予約下さい。
※10名様以上の団体様は平日も体験可能です。

壺草苑HP



創業150年以上を誇る老舗タオルメーカー

ホットマン

ホットマンHP



明治元年・青梅で創業。全ての生産工程と店舗を自社で運営する日本で唯一のタオルブランドです。本社・工場に隣接した青梅店は、ホットマンの店舗のうち全国一の広さと品揃えです。秋川街道沿いには「ホットマンファクトリーショップ青梅」もあり、シェニール織りの手織りの様子を見ながらアウトレット品のお買い物が楽しめます。青梅の地でつくられる吸水性抜群の「1秒タオル」を是非お試しください。

ホットマン 青梅店

📍 青梅市長淵5-251 ☎ 0428-24-9142
🚶 JR 青梅駅から徒歩20分/JR 青梅駅から都営バス駒木町(循環)乗車「長淵七丁目」バス停下車徒歩5分/圏央道青梅ICから15分
🕒 10:00~17:00 GW、夏期、年末年始は休業
📍 あり

ホットマン ファクトリーショップ青梅

📍 青梅市長淵8-240-1 ☎ 0428-24-9142
🚶 JR 青梅駅から徒歩20分/JR 青梅駅から都営バス駒木町(循環)乗車「長淵七丁目」バス停下車徒歩5分/圏央道青梅ICから15分
🕒 10:00~12:30、13:30~16:00
日曜日祝日および、GW、夏期、年末年始は休業
📍 8台

ホットマンカラー フェイスタオル

MAP F-4



MAP E-4



シェニール織り

1秒タオル

「1秒タオル」とは、1cm 角に切ったタオルを水に浮かべたときに1秒以内に水中に沈み始めるタオルのことです。これは、非常に高い吸水性を表し、押し当てただけで瞬時に水を吸収してくれます。お風呂上りの敏感なお肌や髪、赤ちゃんにもやさしく快適にお使いいただけます。

多品種のブルーベリー

ブルーベリー摘み取り園吉野園

MAP G-4

ティフブルー、ウッダード、ホームベルなど多品種のブルーベリーを1,200坪の畑で約500本栽培しています。

ブルーベリー摘み取り園吉野園HP



- ☆ 青梅市新町3-56-1
- ☎ 090-3247-5525
- 📍 JR小作駅東口から徒歩8分
- 🕒 7:00~11:00/15:00~17:00
- ※不定休の為予約をお勧めいたします
- ④ 入園料 大人500円(2キロ以上摘み取りで+300円)/小学生300円(量り売り100g/150円)
- 🅐 6台

季節の野菜も

久保田農園

MAP F-1

里山にある小さな農園です。ブルーベリー・キウイフルーツの摘み取り体験ができます。季節の野菜や手作りジャムの販売もしています。

久保田農園HP



- ☆ 青梅市成木1-104
- ☎ 0428-74-6563
- ④ 《ブルーベリー収穫期》6月末~8月中旬、入園料:大人200円・子供100円、料金:100g250円《キウイフルーツ収穫期》10月下旬~11月中旬、料金:100g120円
- 🕒 定休日:火曜日・水曜日 営業時間:10時~16時(7.8.11月)《その他の時期》土曜日・日曜日不定期営業 営業時間:10時~16時
- ※日によって変更あるため電話で確認



季節のフルーツを収穫

スモールフルーツランド『ベリーコテージ』

MAP G-3



農業を使用せず無化学肥料で作られているラズベリー・ブルーベリー・キウイフルーツなど、季節のフルーツを収穫できます。

カナディアンログハウスの休憩所には、喫茶スペースや売店があり、コテージのフルーツを使ったスイーツやジャムなどを販売しています。

ベリーコテージHP



- ☆ 青梅市新町2-11-5
- ☎ 0428-31-3810
- 📍 JR小作駅東口から徒歩12分
- 🕒 10:00~17:00 月・火曜定休
- ④ 《ラズベリー》6月~7月 入園料 大人500円/子供300円(量り売り100g/時価)《ブルーベリー》7月~8月 入園料 大人500円/子供300円(摘み取り100g/230円)《キウイフルーツ》10月~11月 入園無料(摘み取り1kg/850円)、(店頭売り1kg/950円)
- ※ラズベリーは天候・土壌の関係で摘み取りを中止することもあります。



Tokyo Tomato

青梅トマトガーデン

MAP G-3

糖度も高く、指でつまむとマシュマロのようにぷよぷよしているのが大きな特徴で、まさにフルーツのような新触感のミニトマトです。ハウスでの直売もっており、収穫期には、トマトの収穫も楽しめます。

※事前予約制



青梅トマトガーデンHP



- ☆ 青梅市今井2-805
- ☎ 080-5655-4663 090-7224-5454
- 📍 青梅ICより車で6分
- 🕒 営業時間11:00~16:00、定休日:不定休



新鮮野菜をお手頃価格で!

野菜直売所

都心からのアクセスが便利で自然豊かな環境に恵まれた青梅市には、良質な野菜を作る農園が多くあります。市内の直売所では、農家から直接仕入れた新鮮でおいしい野菜を販売しています。



MAP G-3

西東京農協かすみ直売センター

- ☆ 青梅市新町2-28-19
- ☎ 0428-31-1115
- 📍 JR小作駅から徒歩25分/青梅ICから5分
- 🕒 8:45~16:30(1/1~1/3休み)
- 🅐 111台

MAP D-3

西東京農協グリーンセンター

- ☆ 青梅市梅郷3-930-1
- ☎ 0428-76-1325
- 📍 JR日向和田駅から徒歩11分
- 🕒 8:45~16:30(1/1~1/3休み)
- 🅐 30台

MAP F-2

西東京農協小曾木経済店舗

- ☆ 青梅市小曾木4-2244
- ☎ 0428-74-5381
- 📍 青梅ICから9分
- 🕒 9:00~16:30(平日のみ) 定休日:土・日・祝日・年末年始
- 🅐 15台

西東京農協かすみ直売センター

キノコ収穫とバーベキュー

青梅きのこガーデン

MAP D-4



椎茸やキクラゲ、舞茸などを原木・菌床栽培しており、季節ごとに様々なキノコの収穫を楽しむことができます。収穫したキノコと持ち込んだ食材で、家族や友人とバーベキューを楽しむのはいかが?

青梅きのこガーデンHP



- ☆ 青梅市梅郷1-1934
- ☎ 090-8564-6640
- 📍 JR青梅駅から都営バス【吉野行】乗車「稲荷神社前」バス停下車 梅ヶ谷峠方面徒歩20分
- 🕒 11:00~16:00(4月15日~11月30日) ※時期により収穫できないことがありますので、来園前に必ずお問い合わせください
- ④ 《施設利用料金》大人(中学生以上)990円/子供(小学生)385円/未就学児無料《きのこ狩り》大人220円/子供110円《きのこ販売》きのこ狩り収穫分100g/178円~《食材》バーベキュー食材セット(税込)【肉・野菜・焼きそば・きのこ・タレ】1人1,728円 ※きのこは椎茸が主となります【肉・野菜・焼きそば・タレ】1人1,404円 ※きのこ無し



青梅宿は、イベント盛りだくさん！ 昭和の雰囲気 に 酔いしれる。



「昭和レトロ商品博物館」「昭和幻燈館」で昭和の時代へタイムスリップ。青梅街道は、祭りで賑わいます。

昭和レトロ商品博物館



青梅大祭



青梅市納涼花火大会



昭和幻燈館



青梅だるま市



昭和レトロな商店街



青梅宿

昭和時代の生活雑貨のパッケージなどを展示する「昭和レトロ商品博物館」、昭和の情景のジオラマがある「昭和幻燈館」を巡り、昭和時代へタイムスリップ。青梅宿では、ノスタルジックな気分を味わえます。JR青梅駅周辺は、歴史あるイベントが多く開催されます。

MAP K

昭和レトロ商品博物館

📍 青梅市住江町65
☎ 0428-20-0234
🚶 JR青梅駅から徒歩5分
🕒 10:00～17:00
月～木曜日定休(祝日営業)
年末年始休業
💰 大人350円/
小中学生200円

MAP K

昭和幻燈館

📍 青梅市住江町9
☎ 0428-24-2465
🚶 JR青梅駅から徒歩5分
🕒 10:00～17:00
月火曜日定休(祝日営業)
年末年始休業
💰 大人250円/
小中学生150円

青梅大祭

📍 青梅駅前 旧青梅街道
🚶 JR青梅駅 下車すぐ
🕒 5月2日12:00～22:00/5月3日09:00～22:00

青梅市納涼花火大会

📍 TCNスポーツパーク永山
🚶 JR青梅駅から徒歩約10分 **MAP K**
🕒 例年8月第一土曜日

青梅だるま市

📍 青梅駅前 旧青梅街道
🚶 JR青梅駅 下車すぐ
🕒 1月12日13:00～20:00

なんで青梅が西ノ猫町なの？



西ノ猫町めぐり

MAP K

商人町として栄えた青梅は、戦前まで養蚕が盛んな地域でした。

商売繁盛の縁起物として招き猫のある店も多く、養蚕の繁栄とねずみ除けを理由に、猫を大切にしていたと伝えられています。

近年では、昭和レトロの町並みとの相性の良さもあって、町なかに「猫のアート作品」が増えてきました。まさに東京の西側で、猫アートと出会える町が「西ノ猫町・青梅」です。



青梅で歴史やアートを発見！

青梅には、国宝を含む歴史的文化財が多数あり、様々な時代の文化が感じられる土地です。
また、枯山水庭園のある玉堂美術館や、多彩なテーマの美術館・ギャラリーがあります。

天寧寺

中世の多摩に出会える



禅宗の七堂伽藍の典型的な配置を保っていることから東京都指定史跡となっています。江戸時代に建てられた山門や、国の重要美術品など、見どころが多くあります。

📍 青梅市根ヶ布1-454
☎ 0428-22-3566
🚶 JR東青梅駅から徒歩20分
🕒 6:00～17:00 (10月～3月は16:30まで)
🆓 無料
🅐 あり

MAP F-3

玉堂美術館

玉堂が愛した御岳溪谷にある美術館



玉堂美術館HP



MAP J

シネマネコ



国登録有形文化財を改修した建物は、都内で唯一の木造映画館です。座席数63席の1スクリーン、カフェ・物販コーナーも併設してあります。

📍 青梅市西分町3-123
☎ 0428-28-0051
🚶 東青梅駅から徒歩7分、または、青梅駅から徒歩15分
🕒 9:30～最終上映終了まで 火曜日定休
🎫 一般1,900円、大学生・専門生1,500円、高校生1,000円、小・中学生800円、幼児500円 サービスデーあり

MAP K

シネマネコHP



近代日本画の巨匠・川合玉堂の作品や遺品などを展示しています。枯山水の庭園は、米国の日本庭園専門誌「ジャーナル・オブ・ジャパニーズ・ガーデニング」が実施した2023年の日本庭園ランキングで7位に選ばれました。

青梅きもの博物館

日本伝統の美と心



近代の着物を中心に、大名や公家、元皇族の貴重な衣装が500点以上収蔵されています。

📍 青梅市梅郷4-629
☎ 0428-76-2019
🚶 JR日向和田駅から徒歩15分
🕒 金・土・日の10:00～16:00
団体での予約の場合は他の曜日も開館 12月～2月は休館
🎫 一般 800円 (団体割引: 20名から600円) 子供 500円 (小・中学生)

MAP D-3

📍 青梅市御岳1-75 ☎ 0428-78-8335
🚶 JR御嶽駅から徒歩3分
🕒 3月～11月 10:00～17:00 (入館16:30まで)
12月～2月 10:00～16:30 (入館16:00まで)
月曜日休館 (祝日の場合、その翌日)・年末年始休館
🎫 大人600円(500円) / 大学生・中学・高校生500円 (400円) / 小学生300円(200円)
※()内は20名以上の団体料金
🅐 40台 (有料)

金剛寺

市の名前の由来になったお寺



東京都指定有形文化財(建造物)の表門や東京都指定天然記念物「金剛寺の青梅」など青梅市の名前の由来にもなった歴史あるお寺です。

📍 青梅市天ヶ瀬町1032
🚶 JR青梅駅から徒歩15分
🅐 駐車場: 30台

MAP E-3

青梅七福神めぐり

御朱印もあります

歩きでも1日で参拝できる地域にしばり、当時観光地としてあまり知られていなかった景観の良い古刹を選び七福神の寺院とすることで、昭和55年(1980年)元旦より始めました。全長20kmほどです。参拝時間は8:00～17:00頃まで。



各寺院の詳細は…青梅七福神ホームページ <http://ome7.tokyo/>



青梅の宿・温泉

MAP J

あさぎやみたけ

渓谷に佇む築100年近い蔵に渓谷の音を聞きながら泊まる1日1組の宿

📍 青梅市御岳1-105-1
🚶 JR御嶽駅から徒歩4分
🅑 駐車場あり

あさぎやみたけHP



MAP J

民宿 お宿やお九

漆喰や天然木をふんだんに使用した体に優しいお部屋

📍 青梅市御岳本町266
🚶 JR御嶽駅下車徒歩2分
🅑 駐車場あり

お宿やお九HP



MAP J

旅館ぎん鈴

風味豊かで栄養満点の真っ黒なそば・音威子府そばが食べられます。

📍 青梅市御岳本町177
🚶 JR御嶽駅から徒歩約5分
🅑 駐車場あり



MAP J

駅前山小屋A-yard

御岳渓谷の大自然に囲まれた素泊まりの宿

📍 青梅市御岳本町359
🚶 JR御嶽駅から徒歩約1分
🅑 駐車場あり

A-yard HP



MAP K

ゲストハウス&カフェ 青龍kibako

店舗部分は国登録有形文化財・青梅市景観形成重要資源に指定されているゲストハウス

📍 青梅市仲町303-2
🚶 JR青梅駅から徒歩約3分
🅑 駐車場なし



MAP F-3

コンフェスタ イン 河辺

周辺にスーパーやコンビニ、飲食店があり、駅からのアクセスも抜群のホテル

📍 青梅市師岡町4-2-8
🚶 JR河辺駅から徒歩約2分
🅑 駐車場あり

コンフェスタ イン 河辺HP



MAP F-3

ゲストハウス 古民家リラックスホーム

日本の古き良き古民家スタイルで、素泊まりの宿泊施設

📍 青梅市千ヶ瀬町4-314-1
🚶 JR東青梅駅より徒歩約10分
🅑 駐車場あり

古民家リラックスホームHP



宿坊

MAP I

茅葺き屋根の都指定有形文化財、インターネット設備完備、貸し切りの雲上眺望風呂など、さまざまな特長のある宿坊で、山の空気を堪能し、ゆっくりお過ごしください。

- | | | |
|---------|-----------|--------|
| ① 秋山荘 | ⑧ 山香荘 | ⑮ 藤本荘 |
| ② 憩山荘 | ⑨ 静山荘 | ⑯ 町久保田 |
| ③ うつぼや荘 | ⑩ 高名荘 | ⑰ 麻知家 |
| ④ 片柳荘 | ⑪ 登奈利荘 | ⑱ 丸山荘 |
| ⑤ 東馬場 | ⑫ 西須崎坊 蔵屋 | ⑲ 御岳山荘 |
| ⑥ 駒鳥山荘 | ⑬ 能保利 | ⑳ 南山荘 |
| ⑦ 山楽荘 | ⑭ 旅館はらしま | ㉑ 嶺雲荘 |



MAP D-3

青梅石神温泉 清流の宿 おくたま路

心身をうるやかに癒す青梅石神温泉。
アルカリ性単純硫黄温泉で、かすかにタマゴの香りがします。
お肌がツルツルになると言われている美人の湯です。

📍 青梅市二俣尾2-371
☎ 0428-78-9711
🚶 石神前駅から徒歩約10分
🅐 P30台

おくたま路HP



MAP E-4

青梅鮎美の湯 亀の井ホテル青梅

源泉pH9.9の天然温泉で、お肌がすべすべになると好評です。
展望大浴場で大岳山や御岳山など多摩の山容や多摩川の渓流を望みながら、心身をゆったりと癒してください。

📍 青梅市駒木町3-668-2
☎ 0428-23-1171
🚶 青梅駅から徒歩約20分
🅐 P94台

亀の井ホテル青梅HP



MAP F-3

河辺温泉 梅の湯

家族でくつろげる天然温泉。
子どもの肌のようにしっとり感ツルツル感があり肌がすべすべになるため美肌の湯と呼ばれています。
駅前にあるので、観光帰りの立ち寄りにも最適です。

📍 青梅市河辺町10-8-1
河辺タウンビルB5・6階
☎ 0428-20-1026
🚶 河辺駅から徒歩約1分
🅐 P400台以上

河辺温泉 梅の湯HP



MAP F-2

岩蔵温泉 儘多屋

山あいの静かな温泉です。歴史は古く、一説では日本武尊（やまとたけるのみこと）が入湯したと言われています。泉質は古くから湧き出る鉱泉で、なめらかな湯は美容にいいと言われています。

📍 青梅市小曾木5-3140
☎ 0428-74-4221
(木金土日曜日及び祝日 10:00~17:00)
🚶 岩蔵温泉バス停下車徒歩約2分



湯の権現

儘多屋HP



料理の一例

岩風呂



客室からの眺め



儘多屋が経営している CAFE YUBA
では地元の名人が焙煎した豆を使用し、丁寧にハンドドリップしてお出ししているコーヒーを飲むことができます。

CAFE YUBA

MAP F-2

📍 青梅市小曾木5-3142
☎ 0428-74-4405
または0428-74-4221(儘多屋)
🕒 木金土日曜日及び祝日 10:00~17:00
🅐 7台(儘多屋と共用)





古今の青梅グルメを堪能！

名物の青梅せんべいはお土産としても人気です。青梅生まれのブランド豚肉 TOKYO X を肉うどんやそばで堪能できます。豊かな自然に育まれた新鮮な卵や果物も絶品！

お店ごとに違う味を食べ比べ♪

青梅せんべい



青梅せんべい[1袋10枚入]
あら井 MAP E-3



青梅せんべい[1袋6枚入(個包装)]
柳丸 MAP K

梅しそ味や
ゴマ入りも！

今も昔も親しまれるおやつ定番

青梅の地名の由来でもある「梅」をかたどった瓦せんべい。昔から慣れ親しまれてきた歴史あるお菓子です。

その歴史は江戸時代が始まりとされ、お店ごとに味も形も工夫された個性豊かな青梅せんべいが販売されています。

青梅の名物となった青梅せんべい

江戸時代、青梅周辺の村々には菓子商が16軒あったことがわかっています。当時は、農作業の合間に菓子を作ったり売ったりするなどして、農家が片手間に営む程度でした。その後、明治時代に入ると、本業として菓子商を営む者が現れました。

青梅せんべいの起源は明らかになっていませんが、「一本^{いちもと}」という菓子商が青梅せんべいの製法を他の菓子商に教えたのが始まりと伝えられています。

「一本」は明治20年頃、千葉の行徳(市川市)から来た為さん権さんという兄弟が青梅に店を出した菓子商で、青梅せんべいのほかに饅頭もよく売れたといわれています。

青梅せんべいの形は、表に梅の花を重ね、裏に金剛寺にある青梅の書家・小林天淵の詩が彫られているものがほとんどでした。表の梅だけが打ち出されており、その名残をとどめています。

卵、小麦粉、砂糖を主原料とした素朴ながらもコクがあり、ほんのり甘い懐かしい味。適度な歯ごたえもあり口だけの良いお菓子です。

梅しそ味やゴマ入りなど、いろいろな味わいを楽しめる青梅せんべいもあります。

店舗の詳細は、P25をご覧ください →

生みたての逸品を召し上げれ♪

かわなべ鶏卵農場

岩蔵温泉にほど近い、のどかな山に囲まれた養鶏場です。豊かな自然環境で、沢から流れ出る天然水を飲み、厳選された素材の飼料を食べて育った鶏が産む卵は絶品です！

卵かけごはんなどでぜひご賞味ください。



MAP F-2

📍 青梅市小曾木2-271

☎ 0428-74-5492

🚌 JR東青梅駅から西武バス【飯能駅南口行】
「東京炭鉱前」バス停下車 徒歩14分 /
青梅ICより車で13分

🕒 9:00~17:00

定休日：土曜日午前

かわなべ鶏卵農場HP



復活した青梅の銘菓

オーメ・ノーブル

白餡と卵黄をバターを効かせた皮で包み、木の葉をイメージした形で焼き上げた欧風焼き菓子です。おやつのお供やお土産にぜひどうぞ。



柳丸 MAP K

MAP D-3

本場のBBQ料理を堪能

B-YARD Meating (ビーヤード ミーティング)

B-YARD Meating HP



ブルドボークバーガーセット

ブルスケットやブルドボーク、スペアリブなど、日本ではなかなか出会えない本場アメリカのBBQ料理を楽しめるテイクアウト専門店。

☆ 青梅市二俣尾1-249-3
☎ 050-5372-8491
📍 JR石神前駅より徒歩3分
🕒 11:00～15:00(土日祝日は～16:00)
火水曜日定休

できたて饅頭のお店

へそまんじゅう総本舗



おへそ型をした饅頭。こだわりは自家製の粒餡、特選北海道小豆の味100%を使用しています。駅からのアクセスも良いので、ぜひお立ち寄りください。

☆ 青梅市日向和田3-863
☎ 0428-24-6064
📍 JR日向和田駅から徒歩3分
🕒 9:00～17:00年中無休
◎ あり

自然と暮らし、建物、
人との出会いから紡がれた出会いの場

ダイニング&ギャラリー 繭蔵

築100年以上の蔵空間で、季節の野菜を中心に素材を活かしながらひと手間を惜しまず調理した、心とからだにやさしい料理がいただけます。



☆ 住所 青梅市西分町3-127
☎ 0428-21-7291
📍 JR青梅駅から徒歩10分
🕒 時間 11:00～16:30 火曜日定休(公式ホームページをご確認ください)
◎ 駐車場2台(コインパーキング2時間無料)

梅の味わいと青梅の風情を楽しめます

紅梅苑

梅をかたどり、風味を生かした数々の和菓子や、自家製の梅甘露煮といった紅梅苑のお菓子があります。奥には座敷もあり、ゆっくりと青梅を楽しめます。



☆ 青梅市梅郷3-905-1 ☎ 0428-76-1881
📍 JR日向和田駅から徒歩6分
🕒 時間 9:30～17:00(甘味処は平日16:30、土・日曜・祝日は17:00まで)
月曜日定休(祝日営業)不定休あり
◎ 20台

MAP E-3

特別な大豆のお豆腐

とうふ工房ゆう



第八回全国豆腐品評会農林水産大臣賞(最優秀賞)受賞の「特選よせとうふ」。甘み、香りの強い在来種の大豆を使用しています。

☆ 青梅市裏宿町570-7
☎ 0428-84-2470
📍 JR青梅駅から徒歩13分
🕒 10:00～16:00
日・月曜日定休(祝日営業)
※売り切れ次第終了

とうふ工房ゆうHP



匠の技が光る納豆

(有)菅谷食品 MAP G-4

昔ながらの製法で作る「国産大粒つるの子納豆」は、第20回全国納豆鑑評会 農林水産大臣賞受賞の逸品です。

☆ 青梅市友田町1-1010-1
☎ 0428-24-7010
📍 JR小作駅から徒歩25分
🕒 平日9:00～16:00

菅谷食品HP



青梅生まれのブランド豚肉

TOKYO X

青梅にある公益財団法人東京都農林水産振興財団青梅畜産センター(旧東京都畜産試験場)で開発された東京のブランド豚肉。柔らかい肉質、良質な脂肪が特徴です。地元、青梅の飲食店では多彩なメニューでご提供しています。

肉南ばん
そば処津久茂 MAP G-3肉南ばんそば
玉川屋総本店 MAP Jカレー南ばんうどん
根岸屋 MAP F-3

店舗の詳細は、P25をご覧ください →

☆ 住所 ☎ 電話番号 📍 アクセス 🕒 営業時間 💰 価格 ◎ 駐車場

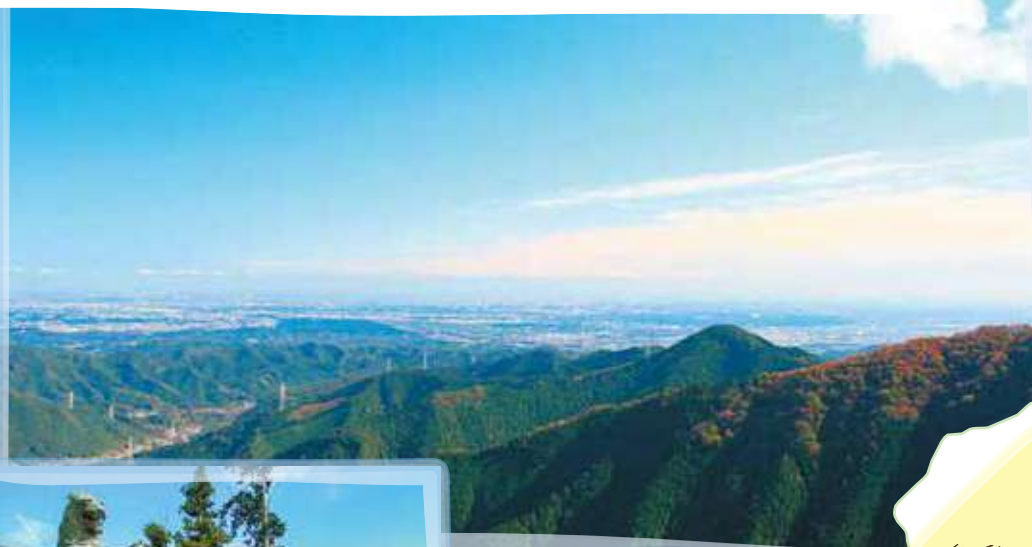
起伏が少なく、登山初心者でも歩きやすい御岳山でゆったりハイキング。体を動かした後は、温泉に浸かり疲れを癒しましょう。

1

御岳山ハイキング

野鳥や植物の息吹を見て、感じて

詳しくは P3,4 へ →



関東一の霊山として知られる



ペット祈願もできる武蔵御嶽神社



みたけムササビスウィング



関東一の平均勾配を誇るケーブルカー

JR御嶽駅

バス 10分

「ケーブル下」バス停

徒歩 3分

滝本駅

ケーブルカー 6分

御岳山駅

徒歩 30分

御岳山山頂
(武蔵御嶽神社)

滝本駅

御岳山駅

御岳山山頂
(武蔵御嶽神社)

紅葉屋

1 御岳山ハイキング

2 御岳山で昼食

長尾平展望台

2 御岳山で昼食

ハイキング中のごはんも楽しみのひとつ

多摩地域が一望できる絶景の休憩スポット、「長尾平展望台」でお弁当を広げるのもよし。山頂の商店街でひとやすみして昼食をいただくのもよし。



長尾平展望台でお弁当を広げてひと休み



武蔵御嶽神社の参道にあたる御岳山商店街にある「紅葉屋」



ケーブルカー滝本駅の売店でお土産を購入!

御岳山駅

ケーブルカー 6分

滝本駅

徒歩 3分

「ケーブル下」バス停

バス 10分

JR御嶽駅 下車すぐ

5 青梅市吉川英治記念館 国民文学作家が居た地

MAP D-3



青梅市の名誉市民である文豪・吉川英治が戦時中に疎開して約10年間住んだ建物、草思堂。『新・平家物語』はこの地で執筆され、書斎はそのままの状態に残されています。

住所 青梅市柚木町1-101-1

☎ 0428-74-9477

🚶 JR二俣尾駅から徒歩15分／

JR青梅駅前から都営バス【吉野行】乗車「柚木」バス停下車 徒歩1分

🕒 10:00～17:00 (入館は16:30まで月曜日定休(祝日の場合は翌平日))

🎫 大人 500円(400円)／小・中学生 200円(150円)

※()内は20名以上の団体料金

青梅市吉川英治記念館HP



もしくは...

梅の公園



🚶 19分 OR 🚗 6分

🚶 26分 OR 🚗 10分

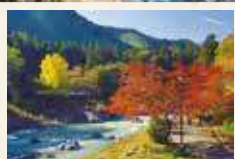
4 おくたま路 静かな宿で、くつろぎの時間

多摩川の清流と緑に囲まれた旅館で寛ぎのひとときをお過ごしください。奥多摩から湧出しているアルカリ性の泉質の温泉で、癒したっぷり。



部屋の窓一面には雄大な景色が広がる

3 御岳溪谷遊歩道散策 ゆっくりと歩いて体感したい溪流と木々の美しさ



御岳溪谷の遊歩道でゆっくり散策。溪谷沿いの観光スポット・小澤酒造や、休憩処の「豆らく」・「CAFE 雫」にも寄ってみてください。



小澤酒造

御岳地域の現在が
ご覧になれます

ライブカメラマップ



JR石神前駅から 🚶 11分
電車 10分
JR御嶽駅

御岳溪谷でリバーアクティビティ、御岳山で1泊して特別な体験を。

1 御岳溪谷遊歩道散策

秋の紅葉も見事です



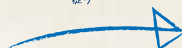
もしくは... リバーアクティビティ



JR御嶽駅下車

JR御嶽駅から

徒歩 5分



2 カフェで一息

御岳溪谷を一望しながらひと休み



MAP J

cafe monaca

元カヌー選手の二人が営む
カフェ。ランチ、焼菓子、極上
生クリームで舌鼓。
テイクアウトOK！

〒 青梅市御岳本町359

☎ 0428-85-8799

🚶 御嶽駅から徒歩5分

🕒 10時～17時(平日は10時～16時)

月・火・水曜日定休(祝日は営業)

※営業日は営業カレンダーを
ご確認ください。



5 ナイトハイク

宿坊宿泊者だけの特別な空間

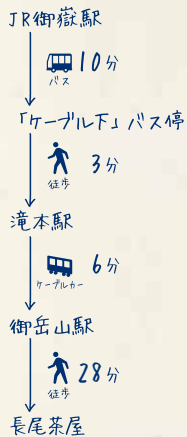


宿坊に宿泊したらナイトハイク

都内の夜景や星空が広がっています。絶景スポットを探してみてください。

※夜道は暗く危険です。懐中電灯を持参してください。

3 御岳山ハイキング 自由に、きままに散策



苔むした岩間を清流が流れる
ロックガーデン



天空のソムリエ
長尾茶屋

MAP 1

天空のソムリエが営む、週末のみ開いているカフェ。雄大な景色を見ながら、ホットワインでほんわか温まりましょう。御岳の水で入れたコーヒーもおすすめ。

コーヒー



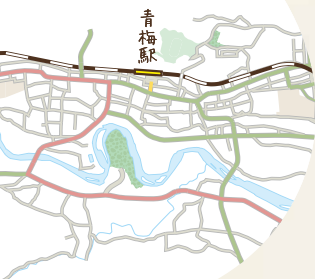
ホットワイン



ケーブルカー御岳山駅

〒青梅市御岳山長尾平
☎ 店舗:0428-74-9467 / 携帯:080-1130-7180
📍 ケーブルカー御岳山駅から徒歩28分
🕒 11:00~16:00(土曜日は23:00まで営業)
月・火・水・木・金曜日定休(祝日は営業)

4 宿坊宿泊 身も心も清める一泊



駒鳥山荘



御岳山荘



滝行



御師料理 ※仕入時期によって内容は変わります。
詳しくは各宿坊へご確認ください。

武蔵御嶽神社の神職でもある主人がもてなす宿坊。
自然を活かした心のこもった料理や、各宿坊で違う神殿、体験が楽しめます。

色とりどりの花や木々に加え、キノコ狩りやアスレチック、各種体験プランなど子どもから大人までワクワクすることばかり! 青梅の自然を満喫できるコースです。

1 昭和幻燈館 昭和時代へタイムスリップ



2 昭和レトロ商品博物館 大人には懐かし、子どもには新鮮



20分
クルマ

3 きのこと狩り & きのこと料理専門店 自分で収穫。美味しい嬉しい気持ちになる

内沼きのこ園 MAP F-1

通年で椎茸を、秋の旬には、舞茸、栗茸、平茸、なめこ等を昔ながらの自然原木栽培しています。園内にあるきのこ料理専門の軽食喫茶「びるつ」では、きのこファンの舌をうならせるピザやパスタが待っています!

青梅市成木1-90

0428-74-4528

JR東青梅駅から都営バス【成木循環】乗車「成木一丁目四ツ角」バス停下車 徒歩5分 / 西武線飯能駅からタクシーで8分

10:00~17:00 火曜日定休(6~8月は火曜・水曜定休)

※カフェの営業時間は11:30~15:00

《入園料》大人200円 / 子供100円

[収穫したきのこは、100g当たり350円でお買い上げ]

《炭火焼》1人200円(七輪に熾した炭と焼き網・お箸・お皿・調味料を提供します。収穫したきのこ以外は不可)

※要予約



ガラス工房 glass studio Rainbow Leaf

MAP G-3

青梅市新町2-34-10

0428-31-0966 (作業中は留守電対応)

11:00~17:00 土曜日のみ営業

JR小作駅から西東京バス【河辺駅北口

行】乗車「宮の前」バス停下車すぐ

<https://www.rainbowleaf.jp/>



ガラス工芸作家・平岩愛子さんのガラス工房。廃瓶を材料に、普段使いのガラスを作成しています。

自然原木栽培



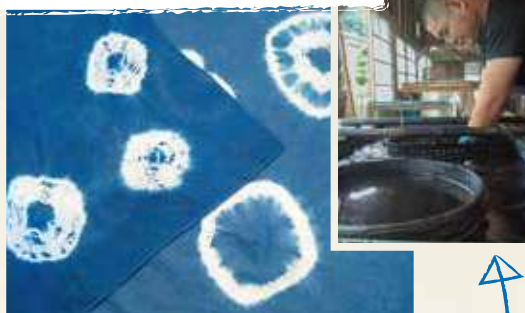
内沼きのこ園HP



軽食喫茶「びるつ」

19分
クルマ

6 藍染体験 オリジナルの1枚を



クルマ 20分

もしくは…

花木園

MAP F-2



様々な花木が植えられており、四季折々の自然を楽しむことができます。アスレチックが楽しめる木製複合遊具や全長211mからなるローラーすべり台は子どもから大人まで大人気！

📍 青梅市小曾木4-2615-1
☎ 0428-22-1111（青梅市公園緑地課）
🚶 JR東青梅駅から都営バス【成木循環】または西武バス【飯能駅南口行】乗車「小曾木診療所」バス停下車 徒歩10分
🅞 無料 🕒 9:00～17:00

5 岩蔵温泉 源泉は青梅市の史跡に指定



「儘多屋(ままだや)」客室からの紅葉



儘多屋客室

良質なタオルを
お土産に！

ホットマンのタオル



アクティブカラー ウォーキングタオル

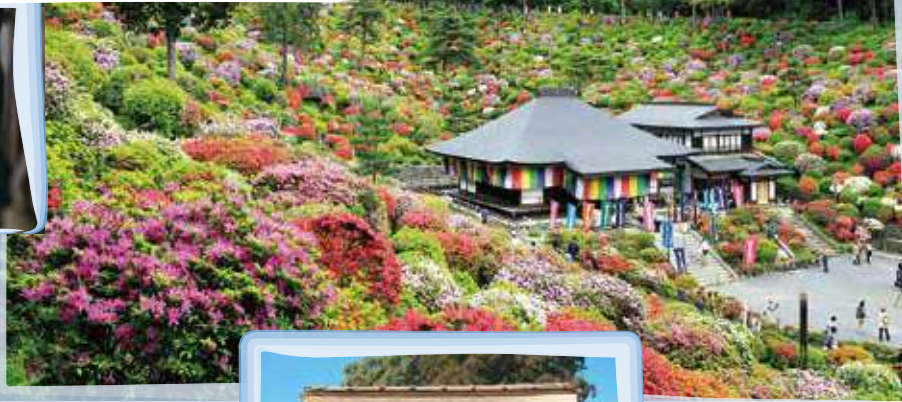
藍染工房「壺草苑」の隣にある「ホットマン ファクトリーショップ 青梅」または「ホットマン青梅店」で購入できます。

クルマ 11分

4 塩船観音寺 春はツツジ、秋は萩や彼岸花がお出迎え



クルマ 17分



上左／二十八部衆立像
上右／新護摩堂弘誓閣
下／山門

もしくは…

吹上しょうぶ公園





青梅観光便利帳



① 観光案内所

施設名	住所	電話番号	営業時間	定休日	ロッカー	
青梅観光案内所	青梅市本町192	0428-20-0011	9:30~17:00	月曜日(祝日の場合は営業)・ 年末年始	大型 500円	MAP E-3
御岳インフォメーションセンター	青梅市御岳本町332	0428-85-8652	4月~12月・3月(平日)8:00~16:20 (土・日・祝日)8:00~16:30 1月・2月 8:00~16:00	火曜日・年末年始	中型 300円/大型 500円	MAP C-3

御朱印

感染症の発生や蔓延状況により、御朱印について制限がある場合がございます。予めご了承ください。

施設名	住所	電話番号	
《御岳山エリア》			
武蔵御嶽神社	青梅市御岳山176	0428-78-8500	MAP I
《吉野梅郷エリア》			
明白院(七福神 福祿寿)	青梅市日向和田2-395	0428-22-1775	MAP D-3
即清寺(山内新四国八十八か所霊場)	青梅市柚木町1-4-1	0428-76-0454	MAP D-3
《塩船観音寺エリア》			
塩船観音寺	青梅市塩船194	0428-22-6677	MAP F-3
千ヶ瀬神社	青梅市千ヶ瀬町2-117	0428-22-0316	※担当者不在のときはご対応できません。MAP F-3
聞修院(七福神 寿老人)	青梅市黒沢3-1578	0428-74-5411	MAP E-3
《青梅宿エリア》			
金剛寺	青梅市天ヶ瀬町1032		MAP E-3
梅岩寺	青梅市仲町235		MAP K
住吉神社	青梅市住江町12	0428-22-2747	※担当者不在のときはご対応できません。MAP K
地蔵院(七福神 布袋尊)	青梅市畑中2-583-1	0428-22-4497	MAP E-3
清宝院(七福神 恵比寿尊)	青梅市大柳町1203	0428-22-7317	MAP E-3
宗建寺(七福神 毘沙門天)	青梅市千ヶ瀬町6-734	0428-22-3580	MAP K
延命寺(七福神 大黒天)	青梅市住江町82	0428-22-3386	MAP K
常保寺	青梅市滝ノ上町1316		※御朱印の受付期間は公式HPをご確認ください。(https://jyouhoji.jiin.com/) MAP K
《河辺駅周辺エリア》			
玉泉寺(七福神 弁財天)	青梅市長淵3-299	0428-22-5476	MAP F-4

青梅せんべい販売店

施設名	住所	電話番号	営業時間	アクセス	駐車場	
柳丸 西分本店	青梅市西分町3-104	0428-22-5349	9:00~16:00 日曜定休	JR東青梅駅から徒歩9分	なし	市内にはほかに、東青梅センタービル店、小作駅前通り新町店、今井店あり。MAP K
あら井	青梅市千ヶ瀬町5-634	0428-22-3855	8:00~18:30 火曜日定休	JR青梅駅から徒歩15分	3台	MAP E-3

TOKYO X メニュー

施設名	住所	電話番号	営業時間	アクセス	
玉川屋総本店	青梅市御岳本町360	0428-78-8345	11:00~18:00 月曜日定休	JR御嶽駅から徒歩2分	MAP J
大むら	青梅市東青梅2-11-12	0428-22-1822	11:30~14:00/17:00~21:00 水曜日定休(不定休)	JR河辺駅から徒歩5分	MAP E-3
手打ちうどん 根岸屋	青梅市勝沼1-40-4	0428-22-3083	11:00~15:00/18:00~20:00 水曜日終日定休、月曜日・火曜日18:00~20:00定休	JR東青梅駅から徒歩3分	MAP F-3
そば処 津久茂	青梅市新町5-45-2	0428-32-1230	11:00~20:30 第1・3水曜日定休	青梅ICから6分	MAP G-3
いなりや	青梅市和田町2-419-7	0428-76-0915	12:00~14:00 / 18:00~23:00 水曜日定休	JR宮ノ平駅から徒歩15分	MAP D-4
森万	青梅市東青梅3-9-7	0428-22-1331	10:00~20:00 毎月13日	JR東青梅駅から徒歩5分	MAP F-3
玉川屋	青梅市住江町55	0428-22-2645	11:00~15:00 / 17:00~19:00 月曜日定休	JR青梅駅から徒歩3分	MAP K
つくも	青梅市野上町3-23	0428-24-5000	11:30~19:30 水曜日定休	JR河辺駅から徒歩12分	MAP F-3
かわしま	青梅市二俣尾3-841-3	0428-78-9155	平日11:00~15:00 土日祝11:00~15:00/17:00~19:30 火曜日定休	JR二俣尾駅から徒歩4分	MAP D-3

観光農園

施設名	住所	電話番号	内容	
ブルーベリー摘み取り園吉野園	青梅市新町3-56	0428-31-1527 / 050-5435-6717	ブルーベリー	MAP G-4
スモールフルーツランド『ベリーコテージ』	青梅市新町2-11-5	0428-31-3810	ラズベリー・ブルーベリー・キウイフルーツ	MAP G-3
青梅きこのガーデン	青梅市梅郷1-1934	090-8564-6640 / 0428-74-9306 / 0428-22-0501	きこの	MAP D-4
内沼きこの園	青梅市成木1-90	0428-74-4528	きこの	MAP F-1
久保田農園	青梅市成木1-104	0428-74-6563	ブルーベリー・キウイフルーツ	MAP F-1
青梅トマトガーデン	青梅市今井2-805	080-5655-4663 / 080-7224-5454	トマト	MAP G-3

宿泊施設

施設名	電話番号	収容数		日帰り入浴
《御岳山エリア》				
① 秋山荘	0428-78-8463	20人	古きよき時代をそのままに、眺望の良いお風呂で癒しのひとときを	MAP I
② 憩山荘	0428-78-8566	50人	登山拠点に最適、鮎の塩焼、手作りこんにやくで家庭的なおもてなし	MAP I
③ うつぼや荘	0428-78-8462	7人	自家栽培の野菜を使った料理など、懐かしさを感じさせる家族的な宿	MAP I
④ 片柳荘	0428-78-8461	40人	自家栽培の野菜をふんだんに使ったヘルシー料理が女性にも大人気	MAP I
⑤ 東馬場	0428-78-8446	15人	江戸時代の姿をそのままに伝える茅葺き屋根の建物は都指定有形文化財	MAP I
⑥ 駒鳥山荘	0428-78-8472	60人	檜風呂やインターネット等設備も充実、ムササビ観察、滝行なども実施	MAP I
⑦ 山楽荘	0428-78-8439	45人	吉川英治に愛され、薬膳料理や薬草風呂、美術館のような館内が特徴的	要問合せ MAP I
⑧ 山香荘	0428-78-8476	40人	眺望が良く、自慢の檜風呂と大理石風呂で疲れが癒される	要問合せ MAP I
⑨ 静山荘	0428-78-8445	35人	清涼な空気と静寂さに包まれ、滝行や瞑想などでもできる癒しの宿	MAP I
⑩ 高名荘	0428-78-8596	30人	野鳥のさえずり、夜景や山々の緑、四季折々の眺望が楽しめる	MAP I
⑪ 登楽利荘	0428-78-8447	40人	ゆったりできるくつろぎの和風空間、心のこもったオリジナル料理が特徴	MAP I
⑫ 西須崎坊 蔵屋	0428-78-8473	24人	天空風呂や旬の料理が自慢、蔵屋名物「おやき」が味わえる茶房もある	MAP I
⑬ 能保利	0428-78-8443	30人	主人が丹精した新鮮な食材を使った料理が楽しめる宿	MAP I
⑭ 旅館はらしま	0428-78-8973	40人	手作りこんにやくや栗の揚げ物など、気取らない懐石料理が自慢	MAP I
⑮ 藤本荘	0428-78-8464	40人	旬の地物料理と女将の真心でおもてなし、昼食のみのご利用もOK	MAP I
⑯ 町久保田	0428-78-9039	30人	関東平野まで見渡せる眺望が自慢の宿、展望風呂は日帰り入浴もOK	可 MAP I
⑰ 麻知家	0428-78-8426	25人	山菜料理や川魚、季節により沢ガニ、山椒、きのこ料理が楽しめる	MAP I
⑱ 丸山荘	0428-78-8441	50人	野鳥の声が宿の近くで聞こえる、昔ながらの長屋門が目じるし	MAP I
⑲ 御岳山荘	0428-78-8474	50人	江戸の頃より続く風情あふれる宿、自然の恵みを生かした料理が自慢	MAP I
⑳ 南山荘	0428-78-8449	50人	三心和尚(木心・真心・味心)貸し切り癒しの雲上眺望風呂が人気！	MAP I
㉑ 嶺雲荘	0428-78-8501	35人	伝統の佇まいと素材を生かしたお料理、御岳の自然に心和む雲上の宿	MAP I
《御岳渓谷エリア》				
㉒ あさぎやみたけ	090-5200-6383	4人	東京の大自然。渓谷に佇む築100年近い蔵に泊まる一棟貸しの宿	MAP J
㉓ 民宿 お宿やお九	0428-78-8411	8人	漆喰や天然木をふんだんに使用した体に優しいお部屋。御岳渓谷のせせらぎを聞きながらゆっくりできます。	MAP J
㉔ 旅館ざん鈴	0428-78-8336	12人	昼食の北海道直送・音威子府そばが大好評、日帰り入浴も可、ペット可	要問合せ MAP J
㉕ 駅前山小屋 A-yard	0428-74-9453	40人	御岳渓谷の大自然に囲まれた素泊まりの宿です	MAP J
《吉野梅郷エリア》				
㉖ 東京・青梅石神温泉 清流の宿 おくたま路	0428-78-9711	100人	多摩川の清流沿いに佇み、テニスコートやレストラン、会議室を有する温泉宿	要問合せ MAP D-3
《青梅宿エリア》				
㉗ 亀の井ホテル 青梅	0428-23-1171	200人	釜の淵公園の高台に立ち多摩川を望む天然温泉の宿で湯つたりのにびり	可 MAP E-3
㉘ ゲストハウス&カフェ 青龍kibako	0428-78-4947	11人	昭和初期に建てられた趣ある建物、素泊まりのゲストハウスです。	MAP K
《河辺・東青梅エリア》				
㉙ コンフェスタ イン 河辺	0428-22-5311	64人	周辺には銀行やスーパー、コンビニがあり便利なホテル	MAP F-3
㉚ ゲストハウス 古民家リラックスホーム	0428-84-0102	10人	日本の古き良き古民家スタイルで、素泊まりの宿泊施設	MAP F-3
《岩蔵温泉エリア》				
㉛ 儘多屋(ままだや)	0428-74-4221	35人	レトロな館内とできるだけ地産地消にこだわったやさしい料理、CAFE YUBAが好評	要問合せ MAP F-2

宿泊施設 (民泊)

施設名	住所	電話番号	収容数	駐車場
青梅愛の泊	青梅市梅郷6-1427-7	なし	9人	3台
輪輪	青梅市柚木町1-55-6	080-4775-1556	4人	2台
森の宿	青梅市上町396	090-6141-6918	13人	2台
森ステイ	青梅市上町397-2	090-6141-6918	11人	2台
OME桜梅庵 omean tinyhouse designers hideaway	青梅市本町104-1	なし	6人	なし
くまりHOUSE 0172	青梅市沢井2-759	090-2900-6599	5人	1台
御岳BASE	青梅市沢井3-517	080-5899-7087	4人	1台

日帰り温泉

施設名	電話番号		
河辺温泉梅の湯	0428-20-1026	家族でくつろげる天然温泉。駅前の好立地で観光滞りの立寄りに最適	MAP F-3

リバーアクティビティ ※参加には事前予約が必要です。

施設名	住所	電話番号	内容	
① 奥多摩フィッシングセンター	青梅市御岳2-333	0428-78-8393	釣り・バーベキュー	MAP J
② グラビティ	青梅市柚木町3-787-9	0428-76-0981	カヤック	MAP J
③ みたけレースラフティングクラブ	青梅市御岳本町359	0428-74-9453	ラフティング・ダッキー	MAP J
④ 多摩川ラフティングwinds	青梅市柚木町2-411-1	0428-85-9210	ラフティング・シャワークライミング・ダッキー	MAP D-3
⑤ (有)ウィズネイチャー	青梅市梅郷5-984-31	050-3555-1504	カヤック	MAP D-3
⑥ リバーベース Halau	青梅市御岳本町266	0428-74-9266	カヤック・SUP	MAP J
⑦ グランデックス御岳ベース	西多摩郡奥多摩町川井156-1	0428-74-9061	ラフティング・キャニオニング・SUP	MAP B-2
⑧ クルーソー(CLASS5)	青梅市梅郷3-921-6	0428-74-9386	ラフティング・カヤック	MAP D-3
⑨ SPLASH東京	西多摩郡奥多摩町小丹波803-3	0278-21-1337	キャニオニング・ラフティング	MAP A-2
⑩ 奥多摩ラフティング	青梅市沢井1-256	0428-74-9007	ラフティング・SUP	MAP C-3
⑪ キャニオンズ奥多摩	西多摩郡奥多摩町川井54-1	0278-72-2811	キャニオニング・バックラフト	MAP J
⑫ ピックスマイル	青梅市御岳1-178-1	0771-29-5370	ラフティング	MAP J
⑬ フェリーグライド	青梅市御岳本町266-1 102号室	080-8900-2434	カヤック	MAP J
⑭ リバーボードクラブ	青梅市御岳本町266-1 101号室	080-6064-6638	リバーボード	MAP J
⑮ River Joy(リバージョイ)	青梅市御岳本町30-1	090-8486-3870	ラフティング・ダッキー	MAP J
⑯ ぼちぼちアドベンチャーすその	西多摩郡奥多摩町海澤24	070-3630-0900	カナディアンカヌー・SUP	
⑰ R-Labo(アールラボ)	青梅市御岳本町30-1	090-9389-2250	SUP	MAP J
⑱ YOU ME ラフティング	青梅市梅郷3-882	0428-27-5075	ラフティング・ハイドロ・キャニオニング	MAP D-3

主な駐車場一覧

施設名	住所	駐車可能台数	料金	注意事項等
《御岳山エリア》				
御岳登山鉄道 滝本駅駐車場	青梅市御岳2-483	普通車 150台、車椅子対応 0台、大型車 ※お問い合わせが必要	有料	大型バスは、事前に滝本駅への連絡が必要 御岳登山鉄道 ☎0428-78-8121
《御岳渓谷エリア》				
御岳苑地駐車場	青梅市御岳1-190-3	普通車 53台、大型車 0台、車椅子対応 2台	有料	入庫から30分以内は無料
御岳交流センター駐車場	青梅市御岳369-1	普通車 16台、大型車 0台、車椅子対応 1台	有料	車椅子対応駐車場をご利用の方は、事前に連絡が必要 青梅市御岳交流センター ☎0428-79-0720
御岳1丁目駐車場	青梅市御岳1-3-4	普通車 0台、大型車 3台、車椅子対応 0台	無料	普通車の常駐不可
寒山寺駐車場	青梅市柚木町3-794	普通車 48台、大型車 0台、車椅子対応 2台	無料	
軍畑園地駐車場	青梅市柚木町2-466-38	普通車 12台、大型車 0台、車椅子対応 1台	無料	
《吉野梅郷エリア》				
青梅柚木苑地駐車場	青梅市柚木町3-643	普通車 9台、大型車 5台、車椅子対応 1台	無料	利用時間は7時～19時まで※12月～2月は18時まで
梅の里公園駐車場 (梅の里駐車場)	青梅市柚木町1-69-4	普通車 7台、大型車 0台、車椅子対応 1台	無料	
吉野園地駐車場	青梅市柚木町1-2	普通車 20台、大型車 0台、車椅子対応 0台	無料	
梅郷4丁目駐車場	青梅市梅郷4-680-3	普通車 14台、大型車 0台、車椅子対応 0台	無料	
《青梅宿エリア》				
釜の淵公園駐車場	青梅市大柳町1384-5	普通車 80台、大型車 0台、車椅子対応 2台	有料	利用時間6:00～20:00(3月～9月)/8:00～18:00(10月～2月)
永山公園総合運動場駐車場	青梅市勝沼2-155	普通車 約20台	無料	
《塩船観音寺エリア》				
塩船観音寺駐車場	青梅市塩船194	普通車 多数、大型車 多数、車椅子対応 0台	無料	初詣・つつじまつり開催期間中は有料

レンタサイクル「うめクル」

貸出・返却場所	住所	電話番号	受付・返却時間	料金	注意事項等
河辺駅北口自転車等駐車場	青梅市河辺町5-29-39	0428-23-9601	7:00～19:00	1日500円	支払いは現金のみ
東青梅駅北口自転車等駐車場	青梅市東青梅2-14-9	0428-24-5007	7:00～19:00	1日500円	支払いは現金のみ
青梅駅自転車等駐車場	青梅市本町163-1	0428-23-8208	7:00～19:00	1日500円	支払いは現金のみ



青梅市イベントカレンダー

月

1

1日 元旦祭・初詣 武蔵御嶽神社・塩船観音寺

12日 青梅だるま市 J R 青梅駅前旧青梅街道



青梅だるま市

2

3日 節分祭 武蔵御嶽神社・塩船観音寺・清宝院・薬王寺ほか

中旬 青梅マラソン大会 住友金属鉱山アリーナ青梅前～奥多摩町川井



青梅マラソン大会

3

2月下旬～3月下旬 吉野梅郷梅まつり 吉野梅郷一帯

上中旬 観梅市民まつり 神代橋通り

4

中旬～5月上旬 塩船観音つつじまつり 塩船観音寺境内



塩船観音つつじまつり

5

2日・3日 青梅大祭 J R 青梅駅前旧青梅街道

8日 武蔵御嶽神社日の出祭 御岳平～武蔵御嶽神社



青梅大祭

6

5月下旬～6月下旬 吹上花しょうぶまつり 吹上しょうぶ公園



青梅市納涼花火大会

7

中旬 武蔵御嶽神社薪神楽 御岳山大鳥居前広場



武蔵御嶽神社薪神楽

8

7月下旬～9月上旬 レンゲショウマまつり 御岳山富士峰園地ほか

第1土曜日 青梅市納涼花火大会 TCNスポーツパーク永山

9

中旬 武蔵御嶽神社薪神楽 御岳山大鳥居前広場

11

上旬 青梅産業観光まつり 青梅市役所駐車場・福祉センター

中旬 青梅宿アートフェスティバル J R 青梅駅前旧青梅街道

12

第1日曜日 奥多摩溪谷駅伝大会 青梅市役所前～奥多摩駅前往復

第2日曜日 みたけ山登山競走 御岳山

【ふるさと納税のご案内】～青梅市へのご支援をお願いします～

青梅市では、まちづくりを進めるにあたり、ふるさと納税制度を活用し、青梅市を応援してくださる方々から広く寄付を募り、様々な施策や課題解決に向けた事業に活用しております。

ふるさと納税を通じて、是非とも、ご支援をお願いします。

ふるさと納税ポータルサイト「ふるさとチョイス」「楽天ふるさと納税」「青梅市ホームページ」から謝礼品の内容がご覧いただけます。また、寄付の手続きも簡単に行うことができます。

『ふるさとチョイス』

<https://www.furusato-tax.jp/city/product/13205>

ふるさとチョイスHP



楽天ふるさと納税HP

『楽天ふるさと納税』

https://www.rakuten.co.jp/f132055-ome/?s-id=furusato_pc_area-tokyo_f132055-ome



問い合わせ：企画部財政課

《寄付金の使い道》

- 観光振興
- 吉川英治記念館の管理運営
- 青梅の森の保全・整備
- 福祉政策 ○子育て・教育
- スポーツ振興など



※「ふるさと納税」とは、『納税』という言葉を使っていますが、生まれ故郷や応援したい自治体へ贈る寄付金のことです。原則として、寄付額の2,000円を除いた額について、所得税および住民税から控除を受けることができます。（控除上限額は収入や家族構成によって異なります。）

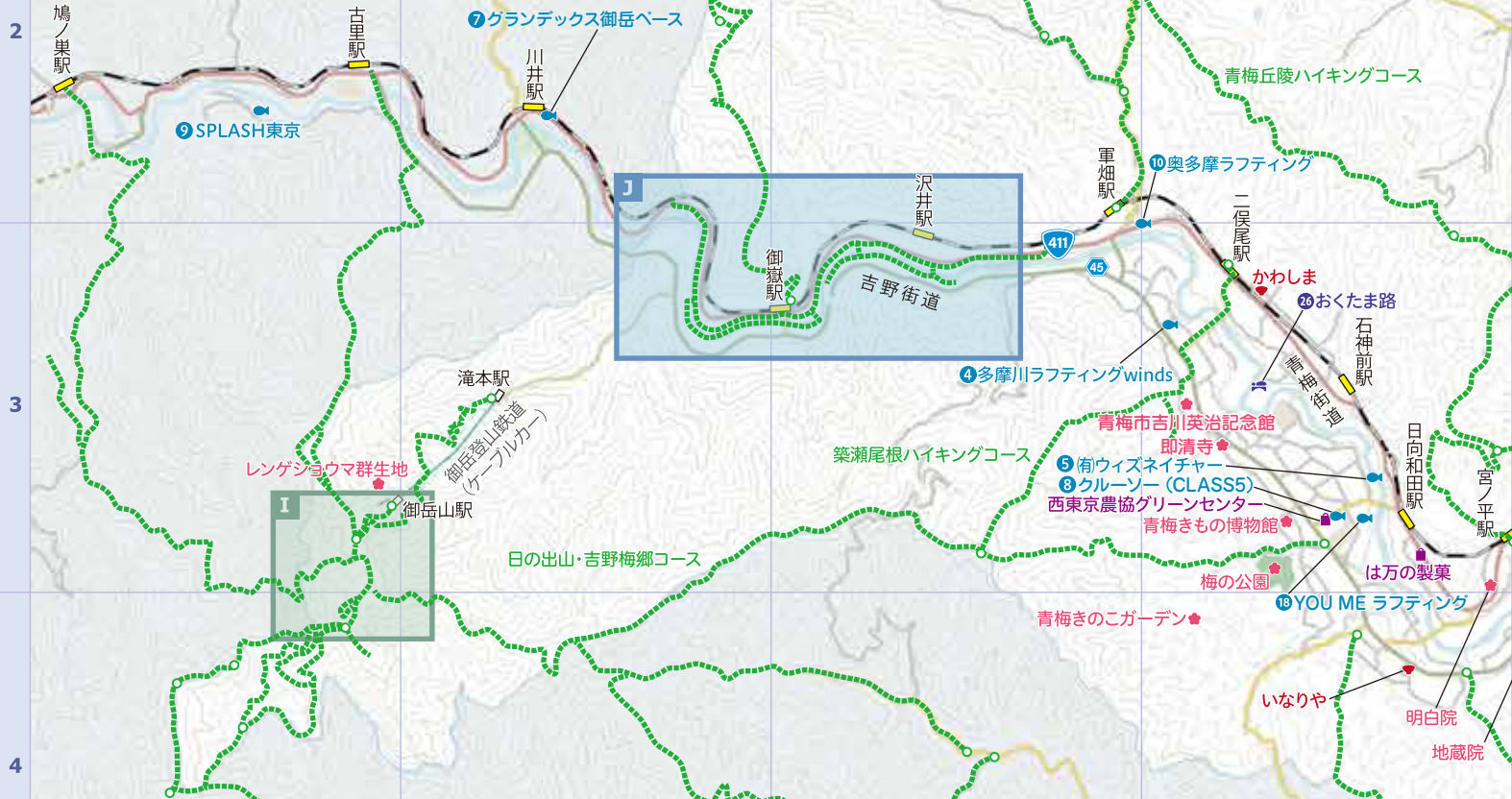
青梅MAP



0km 1 2

〈凡例〉

- ★ 観光スポット
- ♥ 食事・喫茶
- 🏠 お土産
- 🏨 宿泊施設
- 🚣 リバーアクティビティ
- 🌞 日帰り温泉施設
- 👤 ハイキングコース

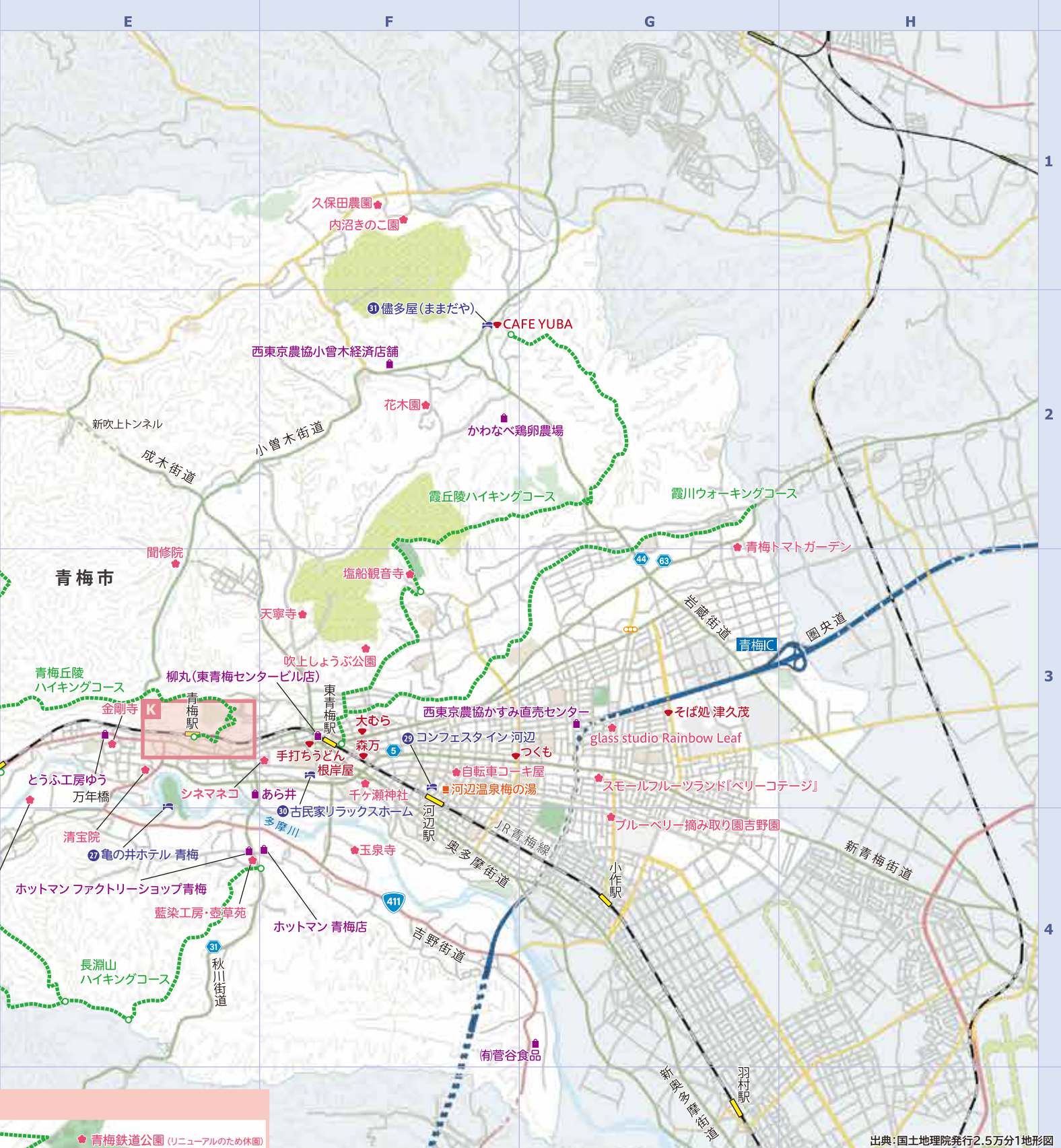


御岳山



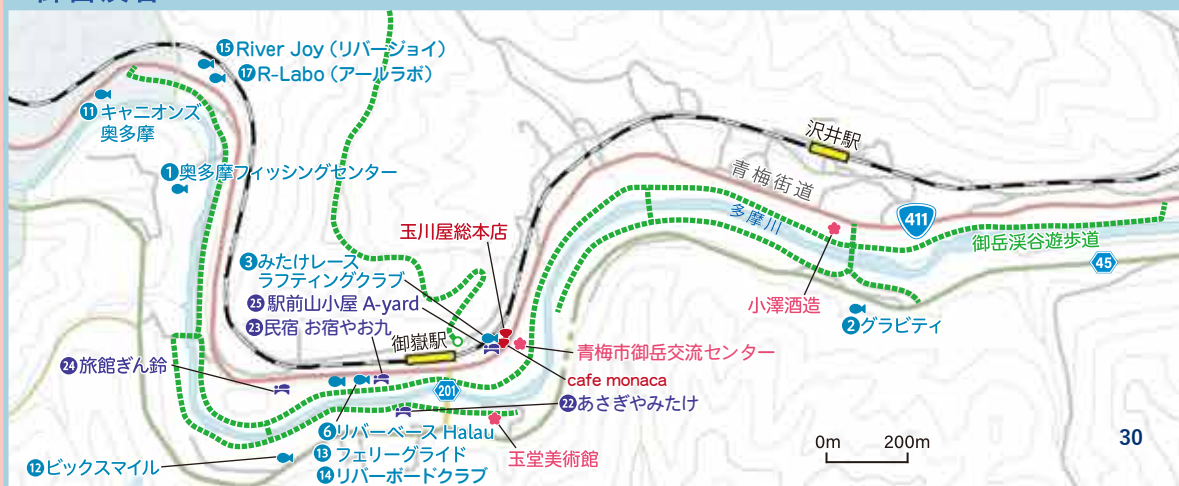
青梅宿





出典: 国土地理院発行2.5万1地形図

御岳渓谷

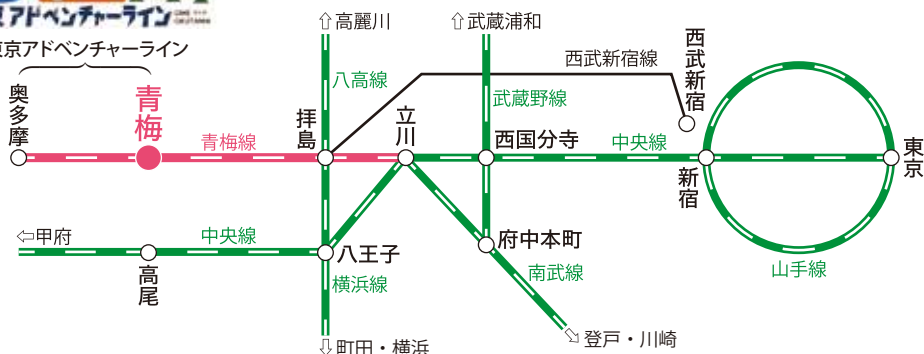


電車でのアクセス

- 新宿駅から 約1時間20分：[中央線] 快速青梅行または[中央線] 立川駅乗換 → [JR青梅線] 青梅駅
- 町田駅から 約1時間20分：[横浜線] 八王子駅乗換 → [八高線] 拝島駅乗換 → [JR青梅線] 青梅駅
- 大宮駅から 約1時間40分：[埼京線] 武蔵浦和乗換 → [武蔵野線] 西国分寺駅乗換 → [中央線] 立川駅乗換 → [JR青梅線] 青梅駅



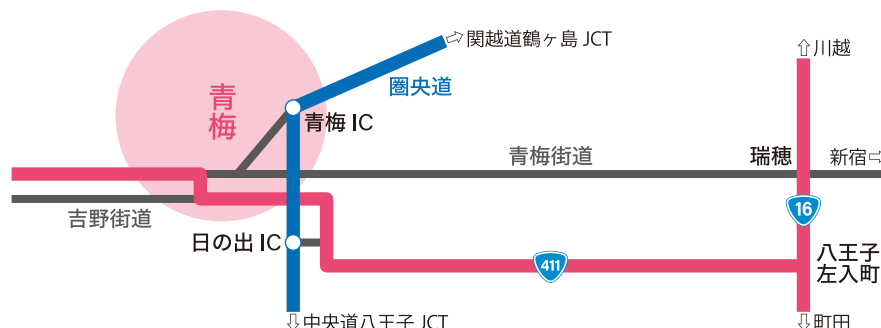
東京アドベンチャーライン



〈お問い合わせ先〉 ■ JR 東日本お問い合わせセンター ☎050-2016-1600
 ■ 西武鉄道お客様センター ☎0570-005-712

自動車でのアクセス

- 東京方面から： [中央道] 八王子 JCT → [圏央道] 日の出 IC → [国道 411 号]
- 町田方面から： [国道 16 号] → [国道 411 号]
- 大宮方面から： [関越道] 鶴ヶ島 JCT → [圏央道] 青梅 IC



観光のお問合せ先

青梅観光案内所 ☎0428-20-0011 営業時間 9:30～17:00（月曜日・年末年始休）
 一般社団法人青梅市観光協会 ☎0428-24-2481 《ウェブサイト》 <https://www.omekanko.gr.jp>



Ome Blueの
取組紹介



フェイスブック
Ome Blue プロジェクト



インスタグラム
omeblue.tokyo



協力：一般社団法人青梅市観光協会

発行：青梅市シティプロモーション課観光係

〒198-8701 東京都青梅市東青梅1-11-1 ☎0428-22-1111（代表）



※掲載の情報は、2025年1月現在のものです。変更の場合もありますので、事前に電話等でご確認ください。
 ※所要時間は交通状況により変動します。 ※価格は参考価格です。直接店舗にご確認ください。