

Ome cycling map

Spring & Autumn

青梅サイクリングマップ

春 & 秋



サイクリングを楽しむためのお願い

1. 車道は左側を通行しましょう。
2. 歩行者は最優先です。ベルを鳴らして道を譲ってもらうことは絶対に止めましょう。5m位手前から、聞こえる声で「自転車が通ります。」と優しくお声掛けしましょう。
3. 団体走行時は、横に広がらず、縦1列になって走りましょう。前の人のスピードをよく見て、追突しないように注意しましょう。
4. 信号は必ず守りましょう。
5. イヤホンをする、スマートフォンや携帯電話を手に持って運転することや片手運転は絶対に止めましょう。

おうめ！ 観光戦略創造プロジェクト委員会

《お問い合わせ先》

青梅市商工観光課 ☎0428-22-1111

春

桜・レトロな街並み・古寺を楽しむ

CHERRY BLOSSOM IN OME THE KASUMIKYURYO CYCLING

桜咲く青梅 霞丘陵サイクリング

\\ Tour Schedule //

走行距離 約12km
ゆっくり走って1.5時間（各施設の滞在時間を含む）

- Start! 青梅駅
- ↓ 10分
 - 1 霞川ウォーキングコース
 - ↓ 20分
 - 2 立正佼成会の桜並木
 - ↓ 20分
 - 3 真浄寺
 - ↓ 8分
 - 4 宗泉寺
 - ↓ 10分
 - 5 青梅の商店街



1 霞川ウォーキングコース

霞川沿いの、のどかな遊歩道です。桜並木や春の里山の景色を堪能できます。鉄道公園入口の信号からスタートして約4.5km。歩行者に気をつけて、のんびりサイクリングしましょう。霞川にカフセミがいることも。

0 0.5km 1km



2 立正佼成会の桜並木

およそ1km 続く桜並木です。桜の時期だけ特別にサイクリストにも開放しています。歩行者に気をつけて、のんびりサイクリングしましょう。
※通行可能時間は8:00~17:00 不定期で通れないこともあります。

入口には柵があります。降車して通らしましょう。

2 立正佼成会の桜並木

歩行者優先です。スピードと集団走行に注意して、ゆったりと景色を楽しみながら走行しましょう。

ここを左折!



5 青梅の商店街

昭和レトロな商店街。手書きの映画看板が至るところに掲げられています。「昭和レトロ商品博物館」「青梅赤塚不二夫会館」「昭和幻燈館」の青梅レトロ3館ほか、昭和の風物に触れられるスポットが並びます。



4 宗泉寺

枝垂桜やつつじが迎えてくれます。「宗泉寺のカヤ」と呼ばれるカヤの古木、高床式の鐘楼も見どころ。天文19年(1550)天寧寺四世説翁星訓を開山とし、師岡山城守将景が開基し創建しました。

【住所】青梅市吹上385



3 真浄寺

大永年(1521~27)良雅僧正の開山と伝えられています。真言宗豊山派。春には桜やつつじが楽しめる、豊かな緑の中の静かなお寺です。

【住所】青梅市谷野193

秋

秋の味覚・温泉・歴史を堪能

AUTUMN COLORS IN OME A COUNTRYSIDE CYCLING

紅葉の青梅 里山ほっこりサイクリング

\\ Tour Schedule //

走行距離 約 22 km
ゆっくり走って 2 時間 (各施設の滞在時間を含む)



コースの途中には、
雰囲気の良いカフェや
おいしいパン店など
魅力的なスポットがあります。
ぜひ、立ち寄ってみてください!



厚沢通りの
入口はここ!

厚沢通り
小曾木街道まで3キロの長い坂が続きます。
(帰りは頑張っ!)
スピードは控えめに、車にも気をつけて!
行きも帰りもこの道がオススメです。

線路と平行に走れる道で、
車は減多に通ります。
もし車が来た場合は、
すれ違いができる場所に
自転車を停車し、
車の通過を待ちましょう。



1 天寧寺
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、国の重要美術品の大梵鐘など、
見どころが多くあります。
[住所]青梅市根ヶ布1-454
[拝観時間]6:00~17:00(10月~3月は16:30まで)



2 内沼きのご園
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。
軽食喫茶「びるつ」も併設。
[住所]青梅市成木1-90 [Tel]0428-74-4528
[営業時間]10:00~17:00
火曜日定休(6~8月は火曜・水曜定休)



3 久保田ブルーベリー農園
②内沼きのご園に隣接している農園で、6月下旬
から8月中旬までブルーベリー摘み、10月下旬か
らはキウイのもぎ取りができます。
[住所]青梅市成木1-104 [Tel]0428-74-6563
[営業時間]10:00~16:00
摘み取りの時期は、火・水定休(お電話でお問合せくだ
さい)。その他の時期は、不定期営業。



4 安楽寺
成木の軍荼利(ぐんだり)さんとして親まれ、軍
荼利明王像は年に一度ご開帳されます。
桃や桜の花が美しい春は、辺り一面がピンク色に
染まります。
[住所]青梅市成木1-583



5 岩蔵温泉
山あいの静かな温泉郷です。
泉質はアルカリ性単純泉で、なめらかな湯は美容
に良いと言われています。夏にはゲンジボタル鑑
賞もできます。
● 儘多屋(ままだや) [Tel]0428-74-4221
● 司翠館 [Tel]0428-74-6868
● かわ村 [Tel]0428-74-5305

青

Ome Blue

地域みんなで
Ome Blue
を盛り上げよう!

「OmeBlue(青梅ブルー)」は、青梅に住み、
働き、活動するすべての方が、それぞれの
立場の自由な発想で参加可能な地域プロ
モーションの取組です。
みなさんの生活や事業の中に、さりげなく
「Blue(青)」や「ロゴ」を取り入れて、一緒に
この取組を盛り上げましょう。

まちで見つけた
OmeBlueの取組みを
#OmeBlueで
Instagramに
投稿しよう!

詳しくは公式HPへ
omeblue.tokyo
Ome Blue



スポーツバイクの発着基地
サイクルハーバー 青梅

「サイクリスポーツ基地の提供」
をテーマに、サイクリストに便利な
サービスをご提供しています

- 🚲 荷物及びスポーツバイクの預かり・配送
- 🚲 レンタルサイクル
- 🚿 レンタルシャワー
- 🛒 食品・自転車関連グッズ販売
- 🎵 各種イベントの企画・制作・運営・実施
- 🔧 自転車整備
- 🍴 軽食の提供
- 🔑 コインロッカー

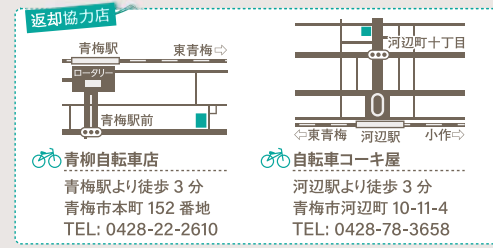


cycleharbor.club
サイクルハーバー



奥多摩・青梅初! 乗り捨て可能なレンタルサイクル トレックリング

JR奥多摩駅近くの店舗でレンタルサイクルサービスを提供!
青梅で乗り捨てもOK!
トレックリング主催の青梅市内ガイドサイクリングも
随時開催しています!



trekking.jp
トレックリング