

S		<p>岩蔵温泉 儘多屋</p> <p>岩蔵温泉郷の全盛期には温泉宿が5軒もあったが、最後に残ったのがこの貴重な一軒。9代目女将が継いでいる旅館は木のぬくもりと歴史を感じる素敵な宿。</p>	20		<p>グラウンド見晴らし</p> <p>遊歩道から見える視界が大きく開けたグラウンド見晴らし。晴れた日には黙々とトレーニングするランナーの姿が見える。</p>	25		<p>沢の分岐案内板</p> <p>霞丘陵の森の中に立てられた小さな標識。メインルートではないのであまり人目に触れることがない。</p>	40		<p>富士山ビュー(森)</p> <p>ずっと森の中を歩いていて、突然ぽっかりと視界が開ける富士山ビューポイント。</p>
5		<p>七国山 最高峰</p> <p>青梅と飯能を結ぶ道にあり、昔は武蔵、相模、駿河、甲斐、常陸、上野、下野の七州を見渡せるほど見晴らしが良かったことからこの名が付いた。</p>	20		<p>AOTEAパン屋</p> <p>天然酵母と国産小麦粉のパン作りを追求しているパン屋。国産有機素材にこだわり、じっくり丁寧に焼きあげたパンは美味しく体にも優しい。</p>	30		<p>山ノ神</p> <p>塩船観音から続く霞丘陵の脇にあって、森の中にひっそりと佇む隠れ鳥居。</p>	45		<p>シュールな頭</p> <p>あなたは誰?なぜここに?緑豊かな公園にボツンと置かれている不思議な表情をしたシュールな頭。</p>
10		<p>岩蔵住居跡</p> <p>小高い丘の上に残る4~5000年前の縄文時代中期の住居跡。過去の発掘調査では土器や石器、ヒスイなどが発見されている。青梅市指定史跡</p>	20		<p>白髭神社</p> <p>旧青梅街道沿いの山間部に鎮座し8月には獅子舞が奉納される。境内を画する石灰岩の絶壁は、断層面の大露頭で高さ30mもある。</p>	30		<p>大山祇神祠</p> <p>大山祇命(おおやまつみのみこと)は日本神話に登場する山の神で山岳信仰の中心的な存在。ハイカーの安全も祈願します。</p>	50		<p>ローラー滑り台</p> <p>子供も大人もみんなワクワクしちゃう、驚くほど長い長〜い滑り台。お尻の振動がスゴイけれど、ぜひ挑戦してみては?</p>
10		<p>岩蔵のフセギのワラジ</p> <p>岩蔵の集落を疫病や悪霊から守る強大神のワラジ。魔除けとして村境の6カ所に吊るされているうちの一つ。よ〜く見上げて探してね!</p>	25		<p>かわなべ鶏卵農場</p> <p>青梅の「良い水・良い餌・良い環境」が育てたこだわりの東京たまご直売所。赤玉や卵黄の白い卵、烏骨鶏の卵など色々な種類がある。</p>	35		<p>瞑想の森</p> <p>緩やかな起伏の続く霞丘陵の森の中をお散歩すると、世の中の喧騒を忘れて心穏やかになる。あなたは何を瞑想する?</p>	50		<p>三角点七国 225.9</p> <p>霞丘陵は塩船観音から岩蔵温泉を結ぶ緩やかな尾根道で、史跡や見どころも多い人気のハイキングコース。ここはコース上で唯一の三角点。</p>
20		<p>薬師堂</p> <p>大通りから住宅の間を通過して階段を上ると山を背に薬師堂が立つ。この辺りの山は奥深く、ひょっとしたらニホンカモシカに会えるかも。</p>	25		<p>高德寺の六地藏</p> <p>17世紀開山と伝えられる曹洞宗高德寺の境内に、お揃いの編み笠と前掛けを付けて仲良く並ぶ六地藏。高德寺は明治時代は学校としても使用された。</p>	40		<p>岩蔵大岩</p> <p>岩蔵の地名の由来となったと言われている高さ5~6mの大岩。ヤマトタケルが身の安全を祈願して、岩でできた蔵に武具を収めたという伝説が残る。</p>			