

5		<b>平田鍛刀場</b> 玉鋼を自ら製鉄し、一振ごとに鍛える平田鍛刀場。刀鍛冶の技を間近で見学でき、体験を通して匠の世界にふれられる。	11		青梅市吉川英治記念館 『宮本武蔵』の作家・吉川英治が9年を過ごした旧居。静かな佇まいに足を踏み入れれば、創作の情熱と文学の息吹が漂う。	16		<b>軍畑の谷商店</b> 駅を出てすぐの谷商店は、登山前後に立ち寄りた補給スポット。おにぎりやお菓子、飲み物がそろい、ハイカー御用達店。	26		Rose Tea Town Garden 元チャペルを改装した隠れ家ティールーム。紅茶とスコーン、アフタヌーンティーで青梅に英国の午後を味わえる。
7		<b>海禅寺の山門</b> 海禅寺は室町時代の創建。重厚な山門に足をくぐれば、歴史の気配と春の花々が織りなす、静謐で美しい禅の世界が広がる。	12		小島善太郎 記念看板 青梅ゆかりの洋画家・小島善太郎を紹介する記念看板。作品や足跡を知れば、青梅の町歩きもぐっと楽しくなる。	17		<b>手打ちそば 梅の内</b> 古い農家を改装した趣ある店内。手斧削りの柱が昔の面影を残し、落ち着いた雰囲気の中で香り高い十割そばを味わえる。	28		<b>吉野園地休憩所</b> 吉野園地休憩所は梅郷散策のひと休みにぴったり。屋根付きベンチで梅や渓谷を眺め、自然に包まれながらほっと一息つける場所。
8		<b>青梅 橋詰酒場</b> 昼は駄菓子屋さん、夜は缶詰酒場!2025年7月、二俣尾でオープンした地域の交流スポット。多摩川を見下ろすテラスでゆったりどうぞ。	13		<b>なごみ家</b> 住宅街に静かに佇む隠れ家イタリアン。2年前にオープンし、丁寧に仕上げたパスタや香ばしいピザが評判の青梅の名店。	20		<b>輪輪(わりん)ゲストハウス</b> 木のぬくもりあふれるログハウスのお宿。貸切ヒノキ風呂と癒しのプライベート空間。優しいオーナー夫婦が笑顔で迎えてくれる。	30		フラワーピッコロのグリーン Trotto お店の前には緑の Trotto!「フラワーピッコロ」は季節の花や可愛いアレンジが揃う、梅郷で親しまれるフラワーショップ。
9		<b>石神の大イチョウ</b> 幹まわり6.4mの巨木で、市の天然記念物。秋には黄金色に染まり、落ち葉の絨毯が広がる景観は圧巻。地元で石神さまと親しまれる御神木。	14		<b>軍畑園地便所</b> ハイキングや川遊びの強い味方!軍畑園地にある公衆トイレは、自然散策の途中でほっと安心できる立ち寄りスポット。	21		<b>かふえ・ばいきょう</b> 店主が何十年もかけて集めた、数百種類のカップがズラッと並ぶ素敵なカフェ。カップから自分のお気に入りを探してコーヒーや紅茶を味わえる。	35		<b>聖牛(ひじりうし)看板</b> 名前は牛でも姿は木組み!多摩川の聖牛は、水の勢いを和らげる昔ながらの水防施設。武田信玄も用いた歴史の知恵。
10		<b>こまちどり 焼き鳥屋</b> 地元で愛される焼き鳥屋「こまちどり」。炭火で香ばしく焼き上げた串が自慢で、居心地よい雰囲気、常連も多いアットホームな店。	15		<b>しゅう家</b> 緑に囲まれた隠れ家的レストラン。天井の高い木の温もりある店内は、テーブル2つで定員8人。静かな空間で贅沢なひとときをどうぞ。	23		<b>一の滝</b> 梅郷にある落差10mの一の滝。整備され訪れやすくなった隠れ名瀑で、地元では「青龍の滝」「お登の滝」とも呼ばれるパワースポット。			