

行ってみよう青梅、やってみようロゲイニング

青梅まちログ

大会プログラム 2026

青梅のまちには、歴史や自然、昔ながらの商店や個性あふれるお店など、歩いてみるからこそ出会える魅力がいっぱい。深く知れば知るほど、「こんなところがあったんだ！」という新しい発見があります。そんな青梅をもっと知って、もっと楽しんでほしいという思いから、今年も第4回「青梅まちログ」を開催します。

今年は昨年のアンケートにお応えして、グルメスポットもたくさんあります♪ おいしいものを楽しみながら巡るのも、まちログならではの。お腹を空かせてスタートするのもいいかも？！

さあ、4時間の制限時間で、いくつかのチェックポイントを巡れるでしょうか？ 地図を片手に仲間と作戦を立てながら、青梅のまちを思いっきり楽しんでください！

大会要項

大会名	第4回 青梅まちログ
開催日	2026年10月4日（日）
会場	青梅商工会議所
競技時間	4 時間（制限時間）、一般チーム・ファミリーチーム・ソロ
カテゴリー	各参加カテゴリーの上位 3 チームを表彰
主催・後援	主催： 青梅商工会議所 後援： 青梅市、（一社）青梅市観光協会 企画運営： アドベンチャーディバズ株式会社

大会スケジュール

スケジュール	大会受付 9:15 - 10:30 スタート 10:00 - 10:45（この時間内で任意スタート） ゴール 14:00 - 14:45（スタートから4時間以内にゴールしてください） 表彰 15:15以降 全チームがゴールし、得点集計が終わって順位が確定した後に表彰式を行います。お時間ある方はぜひご参加ください！ ※大会は雨天決行ですが、明らかな悪天により中止とする場合、その判断は前日の午後 9 時までに、ウェブサイトとご登録されたチーム代表者の方のメールアドレスにお知らせします。
--------	---

大会会場・アクセス

大会会場	青梅商工会議所 東京都青梅市上町373-1 - 受付：青梅商工会議所に隣接している広場 - 更衣室、荷物置き場：S & Dたまぐーセンター 3階（広場に隣接） - トイレ：S & Dたまぐーセンター
アクセス	JR青梅線 青梅駅から徒歩5分 近くに有料駐車場はありますが、混み合って満車になる可能性があります。 公共交通機関のご利用をお勧めします。 グーグルマップ： https://maps.app.goo.gl/M57nf9qcVNnPWsuk8 

駅から大会会場までのアクセス



初心者説明

初心者説明	ロゲイニング初めての方を対象に、地図読みエキスパートスタッフによる初心者説明ブースを開設します。競技の流れやコツ、楽しみ方や注意点はもちろんのこと、地図とコンパスの基本的な見方についてもご説明します。（ご参加は任意です） 15分毎に説明会が行われます。各回は約15分間です。 時間： 9:15 ・ 9:30 ・ 9:45 ・ 10:00 ・ 10:15 場所： 初心者説明ブース（大会会場）
-------	--

当日の流れ

大会受付	9:15 - 10:30 こちらの時間内に受付を済ませてください 混雑を避けるため、受付は代表者1名で行なってください。 ※チームメンバーの変更がある場合は、受付横に置いてある「エントリー変更フォーム」を事前にご記入して受付で提出ください。（変更がなければ不要です） <u>受付で配布されるもの</u>： ゼッケンと安全ピン、チームのQRコードカード（チームに1枚）、抽選券、観光情報・パンフレットなど <u>掲示板をチェック</u> 開会式、競技説明はありません。大会ルールについては、あらかじめ各自が下記の競技説明をよく読んでおいてください。直前に発生した重要な伝達事項がある場合は、会場の掲示板に貼り出しておきますので、そちらもチェックしてください。
更衣室 荷物置き場	会場隣のS & Dたまぐーセンターに荷物置き場があります。 競技中使用しない荷物や着替えなどは荷物置き場に置いておけます。 貴重品は必ず各自責任を持って管理してください。会場内の盗難、紛失などについて主催者・大会本部では一切の責任を負いかねます。
スタート	10:00 - 10:45 （この時間内で任意スタート） ★<u>QRコードカードを必ずスタートとゴールにお持ちください。</u> <u>スタートの流れ</u> 出発する準備ができれば、チーム全員でスタートエリアに集まってください。チームのうち<u>一人</u>が下記ステップ1と2を行ってください： <u>ステップ1</u>： スマートフォンで配布されたチームのQRコードを読み込んでください。しばらくしたら、「START」ボタンが表示されます。 【スタート画面】  ※QRコードカードは受付でお渡しします。ゴール後の得点入力に必要なので、QRコー

	ドカードは失くさないようにしてください。 ※スタート前に誤って「START」を押してしまった場合、リセットするのでスタッフにお声がけください。 <u>ステップ2</u>： スタッフの指示に従い、「START」ボタンを押して、スタッフに見せてからスタートしてください。ボタンを押した後、スタート時間が表示されます。この時間がチームのスタート時間になります。 ※いったんスタートしたら、この画面は閉じて大丈夫です。 スタートボタンを押したら大会地図、チェックポイント（CP）一覧表を受け取ってください（お一人1セット）。地図を見て、どのように回るかしっかり作戦を立ててから出発するのがお勧めです！
ゴール	14:00 - 14:45（スタートから制限時間の4時間以内にゴールしてください） ゴールしたら、備え付けの時計でゴール時刻を撮影してください。 制限時間は各チームのスタート時刻から4時間後です。 制限時間に遅れたら、合計得点から <u>1分につき30点の減点</u> がされます。必ず制限時間内までに戻るようにしてください。20分以上遅れると失格となります。 参加者全員が戻って来るのを確認しています。 ゴールに着いたら、必ず大会スタッフに戻ってきたことを伝えください。
得点集計	スマホで「得点入力画面」をアクセスし、ゴール時間と回ってきたを入力して得点を計算してください。 「得点入力画面」のアクセス・入力方法： 1. チームのQRコードを読み取り、「得点入力画面」をアクセス 2. ゴールで撮影したゴール時刻を入力 3. 同じ画面で、回ったチェックポイントを<u>順番通りに番号をタッチして入力</u> • 間違った番号を押してしまったら、その番号をまた押すと消せます。 • 入力する順番を間違えてしまったら、左横下のCP覧のボタンをタッチして番号をドラッグして正しい位置に移動できます。 4. すべてのポイントの入力が終わったら、「送信」ボタンを押す ★スマホが苦手な方、ご心配なく！「得点集計」の使い方はゴール後、会場にも貼り出します。アプリを上手く操作できない方は得点入力サポートスタッフがいるので、どうぞお気軽に声をかけてください。

写真チェック & 大会結果	得点を入力した後、暫定上位3位に入っているチームは必ずスタッフの写真チェックを受けてください。それ以外でも抜き打ちで写真チェックがありますのでスタッフの指示に従ってください。 1. リサルト画面上で自分のチームの現時点での順位を確認してください 2. 得点入力をした時点で3位以内に入っていたら、撮影を行ったカメラを持って写真確認スタッフのチェックを受けてください。 3. 得点入力が終わったチームが少ない段階では一時的に上位になる場合があります。順位はリアルタイムで更新されます。 4. 最終リサルトは、全チームがゴールして得点入力を終わったら確定します。 全体の大会結果は当日または翌日に大会サイトにアップします。
---------------	---

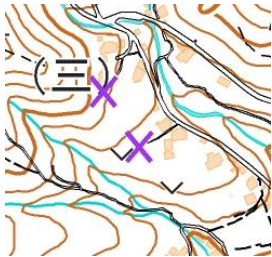
競技ルール（必ずお読みください）

チェックポイントと得点	地図に記載されたチェックポイント（CP）を巡り、制限時間内にできるだけ高得点を獲得しましょう。合計得点で順位が決まります。 <u>チェックポイント（CP）とは？</u> CPはお店、神社、記念碑、看板、地蔵、人工物など、そこに行けば「ここだ！」という特徴のある場所です。どのような順番でCPを回るかは各チームで決めます。全部のCPを回る必要はありません。 <u>CPに着いたら写真を撮る</u> CPに到達したら、CP一覧表に表示された写真と同じ写真を撮影してください。 ● 写真には撮影者を除くチームメンバーが写るようにしてください。自由なポーズで楽しい写真を撮影してください♪ ● チームメンバーを入れて写しにくい場合は（例：狭すぎる、高すぎる）、チームメンバーを入れないで、CP一覧表と同じ写真を撮ってください。 ● 撮影場所に近づけない場合、できるだけ近くに寄って写真を撮ってください。 ● 写真を撮る時は車や周りの人にご注意ください。 <u>得点</u> CP番号がそのままCPの得点となります（例：20番は20点、110番は110点）。遠かったり、見つけるのが難しいCPほど得点が高いことが多いです。 合計が同得点の場合は、制限時間内に早くゴールしたチームが上位となります。 全CPの合計得点は2000点です。どのCPを取りに行くか、もしくは捨てるかの戦略が大事です！
-------------	---

コンパス GPS	コンパス・GPSの利用について 利用可： コンパス、高度計 利用不可： GPS、スマートフォンの地図アプリやGPS機能
移動方法	歩いてよし！走ってもよし！今年の大会は公共交通機関（電車とバス）も利用できます。 利用不可： 車、タクシー、バイク、自転車など
チームで行動	バラバラ行動禁止です！チームのメンバーは、スタートからゴールまで常に一緒に行動してください（概ね30m以内）。チームワークが大切です。 ・ バラバラに行動していたことが発覚すると失格となります。
立入禁止エリア	立入禁止エリアは地図に 紫の斜線 で記載されています。 通行禁止エリアは地図に 紫の× で記載されています。 ・ 通行禁止、立入禁止の場所への立ち入りは 失格 となりますのでご注意ください。下記、「地図について」の「通行禁止・立入禁止」をご確認ください。
制限時間 ペナルティ	・ 制限時間内にゴールに戻ってきてください。 ・ 制限時間内に回ってきた合計得点の順にチームに順位がつきます。同点の場合は競技時間の短いチームが上位になります。 ・ 制限時間を過ぎた場合、1分につき30点の減点 です。 例：1分遅れだと-30点、1分5秒遅れだと-60点 ・ 制限時間を20分以上過ぎた場合は失格 です。 ・ 15分以上の遅れが予想される場合は、本部へその旨ご連絡ください。 なおゴールを通過せずに帰宅された場合は行方不明者として搜索される場合があります。棄権や失格のチームも、必ずゴールを通過するようにしてください。

地図について

地図・縮尺	・ 今回使用する地図は国土地理院発行の数値地図（国土基本情報）をもとに現地調査を実施し「青梅まちログ」用に加工作したものです。 ・ 縮尺は1：12,500、等高線間隔は10m です。 ・ 磁北線は記載されています。 ・ いくつかの箇所は地図情報を最新の状況に修正しています。（すべての地域を完全にカバーしているわけではありませんのでご注意ください） ・ 地図上に凡例（地図記号一覧）を示しています。
-------	--

スタート ゴール チェック ポイント	● ピンクの三角△がスタートおよびゴールです。（青梅商工会議所） ● C Pは地図にピンク色の丸○または紫色の丸○で示されています。 ● CPは<u>丸の中心</u>にあります。 ● 丸のそばにある番号がC P 番号（＝得点）です。 ● ○ ピンク色のCPは舗装された歩道や公園内にあるCPです。 ● ○ 紫色のCPは、舗装されてない登山道や遊歩道などにあります。滑りやすいため、こちらのC Pに行く際にはしっかりしたシューズを履き足元にご注意ください。道標はありますが、分かりにくい箇所もあります。 ● 無理な行動をしないようにお願いします。  コース表示例
通行禁止 立入禁止エ リア	通行禁止、立入禁止の場所への立ち入りは失格となります。ご注意ください。 <u>通行禁止</u> ● X 表示されている場所は通行禁止の道です ● 通行禁止の道は通らないでください  通行禁止の道表示例 <u>立入禁止</u> ● 紫の斜線で表示されている場所は立入禁止エリアです ● 立入禁止の地域や道路の通行、進入は不可です  立入禁止地域や道路表示例

	その他、民家や工場の敷地、農耕地、学校などの私有地には立ち入らないように注意してください。																																				
地図記号 凡例	国土地理院25000分の1地形図の地図記号に準じますが、以下の青梅まちログ大会用に用意したものがああります。凡例は地図にも掲載されています 国土地理院の地図記号に準じますが、以下の青梅まちログ大会用に用意した記号があります。 <table><tr><td></td><td>車通りの多い道路</td><td>※歩道がある場合は必ず歩道を通行すること</td></tr><tr><td></td><td>道路の境界線</td><td> 信号（交通法規遵守！）</td></tr><tr><td></td><td>歩道</td><td> 歩道の境界線</td></tr><tr><td></td><td>小径</td><td> 公園など（通行可）</td></tr><tr><td></td><td>不明瞭な小径（初級者の利用を推奨しない）</td><td></td></tr><tr><td></td><td>鉄塔と送電線</td><td> トイレ、コンビニ</td></tr><tr><td></td><td>線路（高架）</td><td> 線路（踏切以外立入禁止）</td></tr><tr><td></td><td>建物（建物周辺の私有地には立ち入らない）</td><td></td></tr><tr><td></td><td>墓地</td><td> 学校の敷地（立入禁止）</td></tr><tr><td></td><td>河川・プールなど（多摩川の渡渉禁止）</td><td></td></tr><tr><td></td><td>通行不能の岩崖</td><td> 通行不能のフェンス、壁</td></tr><tr><td></td><td>立入禁止</td><td> 通行禁止</td></tr></table>		車通りの多い道路	※歩道がある場合は必ず歩道を通行すること		道路の境界線	 信号（交通法規遵守！）		歩道	 歩道の境界線		小径	 公園など（通行可）		不明瞭な小径（初級者の利用を推奨しない）			鉄塔と送電線	 トイレ、コンビニ		線路（高架）	 線路（踏切以外立入禁止）		建物（建物周辺の私有地には立ち入らない）			墓地	 学校の敷地（立入禁止）		河川・プールなど（多摩川の渡渉禁止）			通行不能の岩崖	 通行不能のフェンス、壁		立入禁止	 通行禁止
	車通りの多い道路	※歩道がある場合は必ず歩道を通行すること																																			
	道路の境界線	 信号（交通法規遵守！）																																			
	歩道	 歩道の境界線																																			
	小径	 公園など（通行可）																																			
	不明瞭な小径（初級者の利用を推奨しない）																																				
	鉄塔と送電線	 トイレ、コンビニ																																			
	線路（高架）	 線路（踏切以外立入禁止）																																			
	建物（建物周辺の私有地には立ち入らない）																																				
	墓地	 学校の敷地（立入禁止）																																			
	河川・プールなど（多摩川の渡渉禁止）																																				
	通行不能の岩崖	 通行不能のフェンス、壁																																			
	立入禁止	 通行禁止																																			
地図利用について	- 主催者の許諾なく、大会地図を複製・使用することを禁止します。 - 大会のために、私有地所有者や地主の方に当日に限り通行許可を取っています。																																				

緊急連絡先、注意事項

緊急連絡	- 競技中のトラブル（怪我など）で自力での行動が不可能な場合には、下記の緊急連絡先（地図にも記載があります）に電話するか、近くにいるスタッフや他のチーム等に救助を求めてください。救急の場合は直接119へ連絡し、その後大会本部へも連絡をお願いします。 - 棄権する場合も、必ず大会本部またはスタッフに申し出てください。 緊急連絡先電話番号： 080-6700-7171
携帯電話の電波状況	基本的に競技エリアは携帯電話が通じますが、一部キャリアで通話・データ通信ができないこともあります。特に谷の中は携帯が通じない場合があります。ナビゲーションスキルが十分ではない方は、森の中への進入を回避することも検討してください。

その他 注意事項	ログイニングはあくまでアウトドアで行われるスポーツです。危険箇所には立ち入らず、天候の変化に留意し、ご自分の体力を過信せずに、チームワーク良く安全に競技を楽しんでください。また自然環境に十分配慮しつつ、交通規則を順守しマナーを守り、他の競技者や地元の方、一般観光客に迷惑となる行為はお控えください。 ● 交通法規を遵守し、歩道がある場所では必ず歩道を通行してください。 ● 歩行者、ハイカーや地元の人へは挨拶を心がけ、譲り合いをお願いします。 ● 競技中は公衆トイレを使用してください（地図に記載しています） ● ゴミは各自持ち帰ってください。 ● 寺社の境内では走らないでください。必ず歩くように。 ● 歩きタバコは厳禁です。<u>特に山中での火気にはご注意ください！！</u>
傷害保険	不慮の事故が発生し、医療機関での治療が必要になった場合は、大会実行委が加盟の傷害保険の以下の範囲内で対応させていただきます。 死亡・後遺症障害 600万円 入院保険金 8,000円（1日につき） 通院保険金 5,000円（1日につき）

持ち物

持ち物	☐ 時計 ☐ デジタルカメラ（携帯やスマートフォンでも可） ☐ 雨具・傘（雨天の場合） ☐ コンパス ☐ 飲み物 ☐ スマートフォン／携帯電話 大切！舗装されてない遊歩道、丘陵地帯や森にもチェックポイント(CP)があります。地図には紫色のCPとして記載されています。紫色のCPを取りに行く方は、登山靴・トレランシューズなどの山用のシューズを履き、足元にご注意ください。 ★熊に注意！この山域には熊の目撃情報があります。熊鈴など音が鳴る物をサックに付けて行動することを強くお勧めします。声を出しながら歩くのもお勧めです。 ★スズメバチにも注意！
-----	--

運営、お問合せ

運営スタッフ	大会ディレクター： 北村ポーリン（アドベンチャーディバズ） コースプランナー・地図制作：桜井剛 コース調査： 北村ポーリン、桜井剛、小原久典、早川久美子、山岸裕子
お問合せ先	青梅まちログ事務局（アドベンチャーディバズ内） メール：info@ome-machiroge.com

