

No. 5~7

信州諏訪湖周辺の おすすめ散策マップ

市民観光
ガイドがご案内する
散策コースです！

諏訪湖エリアまちなか観光案内人協議会

? まちなか案内人って…

諏訪湖周3市町の商工会議所・観光協会が実施した養成講座（おもてなしアカデミー）の修了生で構成された市民観光ガイドです。

諏訪にお越しの際は私たちと一緒に話しながら歩きましょう。スポットやコースの詳細はwebサイトでご紹介しています。

<http://www.suwako-kankouguide.com/>

- ガイド期間：通年
※ただし、お盆（8/13~17）・年末年始（12/27~1/7）は休業
- ガイド時間：4月~10月…9:00~16:30（終了時間）
11月~3月…9:00~16:00（終了時間）
- ガイド料金（お一人様）
スポットガイド 200円（所要時間目安：約1時間）
コースガイド 500円（所要時間目安：2~3時間）
※2名様より承ります。
※交通費、入館料等は別途実費をご負担ください。

■お申込み・お問合せ先
諏訪湖エリアまちなか観光案内人協議会
受付事務局（諏訪湖温泉旅館組合内）
TEL:0266-52-7185
※ガイド希望日の7日前までにお申し込みください。
※9:00~17:00 土・日・祝日休

発行・諏訪湖エリアまちなか観光案内人協議会

自由気ままに散歩した場合・60分/ガイドツアー・2~3時間/コース距離・約3km

郷土料理。みそ天丼もおすすめ やまさや

大祝諏方家住宅 春日神社 藤島社

温泉共同洗濯場 諏訪市博物館 福よし 手打ち蕎麦

明神湯 お土産ストリート 神宮寺足湯

フネ古墳 蛇行剣が見えられた 緑結び 大國主命社

諏訪大社上社本宮

病快癒 権祝屋敷

勝負運 運試し 法華寺 墨縄神社

庭園と抹茶で静かなひととき 神宮寺跡 桜：4月下旬 アジサイ：7月頃

武居畑遺跡（展望台）

杖突峠入口の道標 長沢石鐘 北斗神社 長寿

神長官守矢史料館 神ミシャグジ社 旧下馬沢橋 高過庵・低過庵 空飛ぶ泥舟

かつては身分の高い人も馬を下り歩いたと伝わる前宮への道がひっそり残っている。

夫婦円満 緑結び 相本神社

安産・子宝 子安社

お気に入りのパンと無料コーヒーでちよつと休憩 リュミエール

眼病治療 水眼（スイガ）の清流

御柱屋敷 川越公園

松木寒天

三の柱 お産

至 茅野

御柱曳行路
おすすめコース
御利益スポット

5 諏訪大社上社 いにしえに想いをはせる

諏訪大社
諏訪神社の総本社諏訪大社は、諏訪湖を挟んで、南に上社（茅野市…前宮、諏訪市…本宮）北に下社（下諏訪町…春宮・秋宮）の4ヶ所に鎮座。本殿を持たない独特な建築様式「諏訪造り」で知られている。7年に一度の寅と申の年に行われる式年造営御柱大祭（御柱祭）は、1200年ほど前の桓武天皇の時代にはすでに行われていたといわれ、樫の大木を山奥より曳き出し各社の社殿の四隅に建てる天下の大祭として全国に知られている。

① 本宮：ほんみや御神体山の麓、自然豊かな社叢にいたかれて鎮座している。歴史を感じさせる建造物が一番多く残っている。彫刻が美しい幣拝殿、徳川家康寄進の四脚門など16棟が国の重要文化財となっている。

② 前宮：まえみや諏訪大神が最初に鎮座した地と伝わることから、諏訪信仰発祥の地ともいわれている。中世までは上社の祭祀の中心地であり、大祝（現人神）の居館があった。上社で最も重要な神事である御頭祭は現在まで続いている。

探求心 全開!! 諏訪大社「御柱街道」を歩く!

至 和田峠↑

緑結び 諏訪大社下社春宮

おんぼしら館 よいさ

春宮下馬橋 室町時代造営の太鼓橋

老人福祉センター

三光パン パンアパンは不思議な食感

流鏝馬原跡 フレール お土産に「万治クッキー」をどうぞ

うな富

矢木温泉

井はら

魁塚

レンタサイクル 電動自転車 スイスイ

新湯 丸 青塚古墳

しもすわ今昔館おいでや

御湖鶴 菅野温泉

高札場

千尋池

大社煎餅

食祭館

オルゴール記念館すわのね

言いなり地蔵

下諏訪宿本陣 甲州道中・中山道合流之地 綿の湯跡

新鶴本店 宿場街道資料館

諏訪大社下社秋宮

来迎寺 女性の出世 子宝温泉 児湯

美肌の湯

何でも聞きとどけてくれる

至 上諏訪

御柱曳行路
中山道
甲州道中
おすすめコース
御利益スポット

6 諏訪大社下社 社寺建築の粋を堪能する

③ 春宮：はるみや毎年正月14日夜から15日の朝にかけて作物などの豊凶を占う筒粥の神事が行われている。幣拝殿は江戸中期、大隈流の村田長左衛門矩重が立川流の秋宮と競って造ったもので、清楚な美しさがあり国の重要文化財となっている。

④ 秋宮：あきみや古くから交通の便もよく多くの参拝者で賑わう。華麗な彫刻が見事な幣拝殿は、諏訪の名匠 初代立川和四郎富棟の代表作。二代目立川和四郎富昌が手がけた神楽殿は、幣拝殿と調和した荘重な造りで、共に国の重要文化財となっている。

⑤ 万治の石仏 田んぼの中に鎮座する阿弥陀如来の石仏。ご利益のあるお参り方法があります。岡本太郎氏が絶賛!

自由気ままに散歩した場合・60分/ガイドツアー・2~3時間/コース距離・約3km

市民観光ガイドの おすすめ散策マップ

Area
Map



2019/10 第4版
2018/6 第3版
2015/3 第2版
2012/3 初版

7 歩いて楽しむ“おかや”の中山道



中山道(なかせんどう): 江戸幕府の定めた五街道の一つ。江戸から京都に至る街道には、六十九次の宿場があった。岡谷には宿場はなかったが、間の宿(正規の宿駅の間に設けられた休憩のための宿)としての役割をもっていた御小休所、また、穀留番所等江戸時代の貴重な建物が残っている。荒野を開削して造られた中山道沿いに移住してきた村の古い歴史を残す景観も見られる。

汐(せぎ):人工川
江戸時代は、全国的に汐の開発が多かった。岡谷にも中山道に沿い、交差し、生活用水、開田のため多くの汐が造られた。中でも個人が私財を投じた造った大水路、五兵衛汐は、流路6km余り、分流を合わせると延長20kmに及ぶ。

- 1 旧御小休所**
中山道を通る参勤交代の大名が休憩した御小休所。14代将軍家茂に嫁いた皇女和宮も御降嫁の折休憩された。江戸時代の姿をほぼ継承している貴重な建物で、国の登録有形文化財になっている。邸内の樹林は樹齢約400年と言われ見事。
- 2 旧今井穀留番所**
江戸時代、中山道塩尻峠口に置かれた米を中心とする穀類の出入りを監視した番所。現存する建物は江戸時代末期のもので高島藩内で唯一残っている穀留番所である。
- 3 平福寺**
真言宗智山派のお寺。日を限って願いごとをすれば叶うという「おひぎりさま」が知られている。毎月23日は縁日として賑わう。特に4月の例大祭(23日)には、露店や青空市も立ち並ぶ。
- 4 旧渡辺家住宅** 入館料有り
代々高島藩に仕えた散居武士(在郷の村に住んだ武士)の家。創業は江戸時代中頃といわれ、国宝に指定されている。明治以降にこの家から三人の大臣を輩出している。
開館期間 ■ 3月20日~11月3日の火・水・土・日・祝日
開館時間 ■ 9:00~16:30
お問合せ ■ 郷土学習館 ☎0266-26-7545
- 5 東堀正八幡宮(柴宮)**
鎌倉時代の文書に記されている古社。宗良親王ゆかりのお宮。十六弁の菊花紋章など他の神社とは異なる特徴がある。大隈流の彫刻も間近に見られる。映画「いま、会いにゆきます」のロケ地に使われた。

自由気ままに散歩した場合・60分/ガイドツアー・2~2時間30分/コース距離・約3km