

温泉王国

山形は県内すべての市町村に温泉が湧く温泉王国。どの温泉も、土地ごとに風情を愛え、特色豊かに訪れる人を迎えてくれます。

やまがた

名湯 秘湯

その時々気分にあわせて湯めぐりの山形路も格別。

お湯の色や肌触りはもちろん、効能も多種多様な山形の温泉。また、ひっそりとした閑静な山間の秘湯から交通アクセスに恵まれた華やかな温泉街まで、ロケーションもいろいろ。気分や用途にあわせて選べるのも魅力的です。温泉で癒され、地域に触れ、地場のものを食す：ぬくもりあふれる贅沢な旅をどうぞ。



温泉MAP

観光の原点は
お国自慢。山形への
郷土愛、母性愛を持って
おもてなしいたします。



山形女将会 会長
川崎 禮子さん
女将会では日本文化の
伝承に力を注ぐとともに、
情報共有しながら切磋
琢磨しあい、各地の個性
を輝かせています。

鶴岡・酒田 周辺エリア



湯野浜温泉

マリンスポーツも楽しめる温泉地として人気。その昔、傷を負った亀の湯治を見て温泉が発見されたとの伝説があり、当初「亀の湯」と称されていました。

- 泉質 / ナトリウム・カルシウム・塩化物
- 適応症 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病など

湯野浜温泉観光協会 ☎0235-75-2258



あつみ温泉

弘法大師が発見したという言い伝えを残す川沿いの温泉地。春には川岸に桜が咲き誇ります。温海かぶや大清水そばが名物。

- 泉質 / ナトリウム・カルシウム・塩化物・硫酸塩泉
- 適応症 / 筋肉又は関節の慢性的な痛み又はこわばり、冷え症、胃腸機能の低下、ストレスによる諸症状、疲労回復、きりぎり、皮膚乾燥症など

あつみ観光協会 ☎0235-43-3547



湯田川温泉

「鶴岡の奥座敷」とも称され、歴々の文人が愛した温泉地。天然かけ流しの湯で、湯治にも最適です。

- 泉質 / ナトリウム・カルシウム・硫酸塩泉
- 適応症 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、痔疾、冷え症、病後回復期など

湯田川温泉観光協会 ☎0235-35-4111



由良温泉

日本の渚100選、快水浴場100選に選ばれた美しい景観の由良海岸。日本海に沈む夕陽と朱塗りの橋が架かる白山島が織り成すコントラストはまさに絶景です。

- 泉質 / ナトリウム・カルシウム・硫酸塩泉
- 適応症 / 慢性胃腸病、神経痛、きりぎり、やけど、慢性皮膚病、動脈硬化など

由良温泉観光協会 ☎0235-73-2250

米沢八湯



白布、小野川、新高湯、大平、滑川、姥湯、五色、湯の沢…。これらは米沢市の南部から県境にかけて連なる吾妻連峰山麓に点在する温泉で、「米沢八湯」として親しまれています。いずれ劣らぬ名湯・秘湯の湯めぐりを満喫できる、まさに「温泉の宝庫」です。

米沢観光コンベンション協会 ☎0238-21-6226

姥湯温泉

標高1250mと、県内随一の高所に湧く温泉。切り立った岩場を眺めながら入る露天風呂は「ナチュラル気分」も満点。自然との一体感を求める方にはうってつけのロケーション。

営業期間は4月下旬～11月上旬となっておりますが、詳しくはお問い合わせください。
樹形屋 ☎090-7797-5934 ☎0238-35-2633

新庄周辺 エリア



赤倉温泉

慈覚大師が諸国行脚の際に見つけたといわれる湯。芭蕉が越えた「山刀伐峠」でも知られる地です。

- 泉質 / カルシウム・ナトリウム・硫酸塩泉
- 適応症 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじきなど

赤倉温泉観光協会 ☎080-1660-4083



瀬見温泉

平泉を目指す源義経の一行が見つけたと伝えられる温泉。蒸気で身体を温める「ふかし湯」も人気。

- 泉質 / ナトリウム・カルシウム・塩化物・硫酸塩泉
- 適応症 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみなど

瀬見温泉旅館組合 ☎0233-42-2123



肘折温泉

朝市の立つ秘湯温泉地として全国的に有名。路地を往く人力車、浴衣姿の湯治客と、レトロな佇まいも人気です。

- 泉質 / ナトリウム・カルシウム・塩化物・硫酸塩泉
- 適応症 / 切り傷、やけど、慢性皮膚病、神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、打ち身等

肘折温泉観光案内所 ☎0233-76-2211



米沢周辺 エリア



小野川温泉

小野小町が発見し、病を癒したという伝説から「美人の湯」として知られています。また、夏にははたが飛び交います。

- 泉質 / 含硫黄・ナトリウム・カルシウム・塩化物泉
- 適応症 / 神経痛、リュウマチ性疾患、創傷、皮膚病、慢性胃腸病、女性慢性炎症、更年期障害など

小野川温泉旅館組合 ☎0238-32-2740



白布温泉

奥羽三高湯のひとつに数えられる山間の名湯。大自然の美しさも満喫できます。

- 泉質 / 含硫黄・カルシウム・硫酸塩泉
- 適応症 / 胃腸病、慢性呼吸器病、慢性皮膚病など

白布温泉旅館組合 ☎0238-55-2205

赤湯温泉

米沢藩の温泉場でもあった歴史ある湯。周辺はぶどう産地でワインの里としても有名。桜の名所・鳥帽子山公園も。

- 泉質 / 含硫黄・ナトリウム・カルシウム・塩化物泉
- 適応症 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじきなど

赤湯温泉旅館協同組合 ☎0238-43-3114



蔵王温泉

奥羽三高湯のひとつで、「美人の湯」の異名を持つ湯量たっぷりの硫黄泉。古くは湯治場として栄えた温泉街は蔵王温泉スキー場の麓にあり、年中賑わいを見せます。

- 泉質 / 酸性・含鉄・硫黄・アルミニウム・硫酸塩・塩化物泉
- 適応症 / 切り傷、やけど、慢性皮膚病、虚弱児童など

蔵王温泉観光協会 ☎023-694-9328

寒河江温泉

日本一のさくらんぼの里。特産のバラを浮かべたユニークなお風呂でも評判を呼んでいます。美肌効果に期待。

- 泉質 / ナトリウム・塩化物・炭酸水素塩泉 単純温泉
- 適応症 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばりなど

寒河江温泉協同組合 (割烹旅館 吉本内) ☎0237-84-2138



月山志津温泉

月山の大パノラマ! 野趣に浸る温泉郷。山菜きの料理も人気。

- 泉質 / ナトリウム・塩化物泉
- 適応症 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、痔疾、冷え症、病後回復期、疲労回復、健康増進、慢性皮膚病など

月山朝日観光協会 ☎0237-74-4119



かみのやま温泉

蔵王連峰を望む旧上山藩三万石の湯。ゆかたで無料の足湯(5カ所)を回るのも楽しい。

- 泉質 / ナトリウム・カルシウム・塩化物・硫酸塩泉
- 適応症 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみなど

上山市観光物産協会 ☎023-672-0839

天童温泉

将棋の駒で知られる天童。その出湯は「日本の温泉100選」の上位にランク。

- 泉質 / ナトリウム・カルシウム・硫酸塩泉
- 適応症 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、痔疾など

天童温泉協同組合 ☎023-653-6146



さくらんぼ東根温泉

月山と朝日岳を遠望する田園の湯。黄褐色の湯は身体を芯から温めてくれます。好評の足湯は県内最大規模。

- 泉質 / ナトリウム・塩化物・硫酸塩泉
- 適応症 / 神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩など

東根温泉協同組合 ☎0237-42-7100

山形周辺 エリア

銀山温泉

大正から昭和初期に建築された木造宿が軒を連ねる温泉地。少々熱めの湯が身体を芯から温めてくれます。

- 泉質 / ナトリウム・塩化物・硫酸塩泉
- 適応症 / 慢性皮膚病、創傷、慢性婦人病、動脈硬化病、リュウマチ、神経痛、慢性消化器病、痔疾、冷え性、虚弱児童など

銀山温泉観光案内所 ☎0237-28-3933





- そば**
山形の蕎麦のイメージといえば板そば。板での提供が珍しく、またお店ごとに細打ち・太打ちと異なるのも面白い。
- ⑦寒河江そばの散歩道(寒河江)
 - ⑧天童鍼田藩めん街道(天童市)
 - ⑨そば街道やまがた(山形市)
 - ⑩かみのやま温泉 そば街道(上市市)
 - ⑪隠れ蕎麦屋の里しらたか(白鷹町)
 - ⑫南山形そば街道(高畠町、米沢市)
 - ⑬飯豊雪室 そば街道(飯豊町)
 - ⑭庄内酒田 そば街道(酒田市)
 - ⑮月山山菜そば組合(西川町)
 - ⑯黒獅子の里 長井そば街道(長井市)
 - ⑰鷹山の里 米沢そば街道(米沢市)
 - 山形県蕎麦飲食生活衛生同業組合 ☎023-632-5246

美食・美酒県やまがた

味わい、いろいろ！ そば街道

蕎麦どころとしても有名な山形県には、複数のそば街道が存在し、近隣…特に仙台からの蕎麦好きを大いに楽しませてくれます。手打ちが学べるそば道場も多く、蕎麦店を開業した人も沢山います。県産のオリジナル品種は「でわかおり」。

- ① んめの一そば・麦切り庄内路(鶴岡市)
- ② 新庄 もがみそば街道(最上地域)
- ③ おくのはそ道尾花沢そば街道(尾花沢市)
- ④ 大石町そば街道(大石町)
- ⑤ 最上川三難所そば街道(村山市)
- ⑥ 果樹王国がしね蕎麦街道(東根市)



山形冷やしラーメン
麺が決め手です！
酒田のラーメン

ラーメン

山形市を発祥とする「冷やしラーメン」、新庄の「とりもつラーメン」、ちぢれ麺が特徴の「米沢らーめん」、魚介ベースのあっさりした「酒田のラーメン」など、豊富なバリエーションが楽しめる！

■山形県麺類飲食生活衛生同業組合 ☎023-632-5246

うまい牛肉ここにあり！

山形牛

総称「山形牛」は、豊かな自然が育む黒毛和種。とろけるような肉の旨みとやわらかさは、一度食べたら忘れられない「極上の味わい」！

■山形県肉牛協会 ☎023-634-8151



山形の地力！ 米と漬物

日本酒

品質の良さが自慢。

県内の酒蔵は52。全体に吟醸酒の出荷割合が高く、また鑑評会では毎年多数の金賞受賞があるという全国的にもハイレベルな酒どころです。その山形で、日本酒の最高峰を目指すオリジナルブランドが「山形讃香(やまがたさんか)」。

酒造好適米「羽根燦々(でわさんさん)」を磨き、さわやかに芳醇な純米大吟醸に仕上げました。

■山形県酒造組合 ☎023-641-4050

全国有数の生産地！

ワイン

寒暖の差が大きく、上質のブドウがとれる山形県はワイン生産も盛んで、県内には15のワイナリーがあります。品質にこだわるワイン醸造家達がそれぞれに特長のあるワインを造っており、見学できるワイナリーや身近に楽しめる機会が多くあります。



Winery List of Yamagata

- 朝日町 (有)朝日町ワイン ☎0237-68-2611
- 南陽市 (有)大浦葡萄酒 ☎0238-43-2056
- 西川町 月山トラヤワイナリー ☎0237-74-4315
- 鶴岡市 月山ワイン山ぶどう研究所 ☎0235-53-2789
- 南陽市 (有)酒井ワイナリー ☎0238-43-2043
- 南陽市 (有)佐藤ぶどう酒 ☎0238-43-2201
- 南陽市 須藤ぶどう酒工場 ☎0238-43-2578
- 高島町 高島ワイン(株) ☎0238-57-4800
- 上市市 (有)タケダワイナリー ☎023-672-0040
- 上市市 (有)藤王ウッティファーム ☎023-674-2343
- 天童市 天童ワイン(株) ☎023-655-5151
- 米沢市 浜田(株) ☎0238-37-6330
- 南陽市 (株)グレイブリアブリック ☎0238-40-4130
- 東根市 合同会社東根フルーツイン ☎0237-38-9014
- 南陽市 エイローマジックワイナリー ☎0238-27-0203



大自然の恵み 山菜

雪深い山形の山々は、春から初夏にかけて豊富な山菜に恵まれます。山菜の王様「たらのめ」や人気の「ごこみ」「しどけ」など、山形はまさに山菜の宝庫。また、初心者でも楽しめる、観光がらむ人もおすすめです。

■JA全農山形 ☎023-634-8146



冷たい肉そば
こ当地グルメ

河北町発祥の冷たい肉そば。週末には県外からも沢山の人が食べに訪れます。

旬味・旬香

山形には「大い」に「うまいもの」あり！

四季折々に登場する果物たち。店ごとに味を競う蕎麦やラーメン。風土が育てた極上の牛肉。あれこれ迷う日本酒にワイン…。さがしてください。山形のうまいもの！

果樹王国やまがた



いちご

春から初夏にかけてのいちご狩りに加え、真冬に楽しむ雪中いちご狩りも大人気！「とちおとめ」などのいちごが楽しめます。いちご園は誰もが笑顔になる夢空間。



ラ・フランス

特有の芳香と緻密でめらかな肉質。とろける味わいはまさに山形の果物の女王様！実りの時期を待ち焦がれる人が特に多いフルーツです。



メロン

山形県沿岸域に広がる庄内砂丘はメロン栽培の適地で、全国有数の出荷量を誇っています。露地物のアンデスメロン、ハウス物のアールスメロンなど、甘くてジューシーな果肉が特徴です。



とびきりうま、枝豆！
だだちや豆



もも

大産地としては北限といわれる山形県。川中島白桃などが、夏の日差しをたっぷり浴びて、甘く大きく育っています。



ブルーベリー

全国的にも生産量が伸びている山形のブルーベリー。ひとつひとつ、大粒を摘みながら味わう楽しさは、また格別。



すいか

パンツ！とはちきれんばかりの大玉は、みずみずしく甘味もタップリそしてパンツグンのシャリ感が自慢です。



りんご

山形の晩秋を彩る果物…といえぱりんご。代表的な品種ふじは、完熟状態で収穫期を迎えるため蜜もたっぷり！

だだちや豆

味が濃く、旨みたっぷりのだだちや豆。茹でると家中に香りが広がります。クラッシュした豆のつぶつぶ感と風味が口の中に広がるアイスクリームも人気。



さくらんぼ

全国生産量の約7割を占める山形のさくらんぼ。大正時代に16年をかけて生み出された、おなじみの「佐藤錦」は艶やかなルビー色で甘さは充分まじく果樹園の宝石…。この他、紅秀峰・紅さやかなど佐藤錦を親にした品種も是非お試しあれ！初夏から夏にかけての果樹園は、ニコニコ顔でさくらんぼ狩りを楽しむ大勢の人で賑わいます。



ぶどう

8月末からデラウェアを皮切りに沢山の品種が登場。今一番注目されている品種は、甘みが強い大粒タイプの「シャインマスカット」！

- もも狩り(8月上旬～9月上旬)
- 東根市 東根市観光物産協会 ☎0237-41-1200
- 天童市 天童市観光物産協会 ☎023-653-1680
- 寒河江市 JAさがえ西村山周年観光農業案内所 ☎0237-86-1811
- 上市市 上市市観光物産協会 ☎023-672-0839

- ぶどう狩り(8月上旬～10月下旬)
- 東根市 東根市観光物産協会 ☎0237-41-1200
- 天童市 天童市観光物産協会 ☎023-653-1680
- 寒河江市 JAさがえ西村山周年観光農業案内所 ☎0237-86-1811
- 山形市 山形市観光協会 ☎023-647-2266
- 上市市 上市市観光物産協会 ☎023-672-0839
- 米沢市 米沢観光コンベンション協会 ☎0238-21-6226
- 高島町 高島町観光協会 ☎0238-57-3844
- 鶴岡市 鶴岡市観光協会(産直ふり) ☎0235-57-3300
- 南陽市 南陽市観光協会 ☎0238-40-2002

- なし狩り(9月中旬～10月中旬)
- 酒田市 グリーン・ツーリズム推進協議会 ☎0234-26-5792
- 鶴岡市 鶴岡市観光協会(産直ふり) ☎0235-57-3300
- ラフランス狩り(10月中旬～10月下旬)
- 上市市 上市市観光物産協会 ☎023-672-0839
- 寒河江市 JAさがえ西村山周年観光農業案内所 ☎0237-86-1811

- りんご狩り(9月上旬～11月下旬)
- 東根市 東根市観光物産協会 ☎0237-41-1200
- 寒河江市 JAさがえ西村山周年観光農業案内所 ☎0237-86-1811
- 米沢市 米沢観光コンベンション協会 ☎0238-21-6226
- 高島町 高島町観光協会 ☎0238-57-3844
- 鶴岡市 鶴岡市観光協会(産直ふり) ☎0235-57-3300
- 上市市 上市市観光物産協会 ☎023-672-0839

- ブルーベリー狩り(7月中旬～8月中旬)
- 寒河江市 JAさがえ西村山周年観光農業案内所 ☎0237-86-1811
- 鶴岡市 庄内たわも農協羽黒支所 ☎0235-62-2141

フルーツ狩り情報

山形の旅の醍醐味、それは県内各地でフルーツ狩りができること。果樹園では季節毎の豊かな実りを楽しむことができます。もぎとりを味わったら、とりたてをお土産に。

- いちご狩り(4月上旬～5月下旬)
- 酒田市 酒田市地産農産 ☎0234-92-2127
- 寒河江市 JAさがえ西村山周年観光農業案内所 ☎0237-86-1811
- 飯豊町 めさみの産直いちご園(3月～6月開園) ☎0238-86-3939
- 雪の中いちご狩り(12月～3月下旬)
- 寒河江市 JAさがえ西村山周年観光農業案内所 ☎0237-86-1811

- さくらんぼ狩り(6月上旬～7月上旬)※
- 東根市 東根市観光物産協会 ☎0237-41-1200
- 天童市 天童市観光物産協会 ☎023-653-1680
- 寒河江市 JAさがえ西村山周年観光農業案内所 ☎0237-86-1811
- 河北町 ひなの宿 ☎0237-85-0789
- 村山市 村山市観光協会 ☎0237-53-1351
- 山形市 山形市観光協会 ☎023-647-2266
- 上市市 上市市観光物産協会 ☎023-672-0839
- 米沢市 米沢観光コンベンション協会 ☎0238-21-6226
- 南陽市 南陽市観光協会 ☎0238-40-2002
- 鶴岡市 鶴岡市観光協会(産直ふり) ☎0235-57-3300
- 鶴岡市 あつる産直観光さくらんぼ園 ☎080-1840-2848
- 新庄市 新庄観光協会 ☎0233-22-2340
- ※東根市は4月下旬オープン

山形県をもっと知りたい!楽しみたいなら!

人と触れ合いながら“農村漁村を楽しむ旅”

やまがた的グリーン・ツーリズム

グリーンツーリズムとは、農山漁村地域で自然や文化、そして人々との交流を楽しむ旅のこと。山形県では、新鮮な野菜や果物の収穫、田植えや稲刈り体験、農家レストランでの食事、農家民宿での田舎暮らし体験…。これらの体験を地元の皆さんと触れ合いながら楽しめる「やまがた的グリーン・ツーリズム」をおすすめしています。“見る観光”だけでは決して味わえない山形の魅力に触れてみませんか。



詳しくは、やまがた的グリーン・ツーリズムホームページをご覧ください。

山形県グリーン・ツーリズム推進協議会では、県内各地の様々な食材や郷土料理等の「地域の食」を主体に、「泊まる」「食べる」「体験する」「買う」の要素から、農山漁村地域の魅力を発信しています。

山形県グリーン・ツーリズム推進協議会
TEL:023-647-8351

農家のお宿に泊まろう!

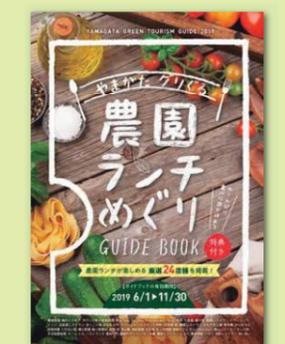
農家民宿15軒で「農家のお宿」ポータルサイトを開設し、農家民宿の魅力を発信しています。(サイト上では宿泊の申し込みが行えますので、ご利用ください。)



https://www.noukanooado.net/



やまがたグリくる 農園ランチめぐり



県内各地の農家レストラン等の20数件軒で地域食材を使用した「農園ランチ」が楽しめます。毎年発売されるガイドブックを片手に「農園ランチ」を食べに出かけませんか。

健康ウォーキングも、本格登山も楽しめる！

やまがた山歩き

山形には多くの美しい山々があり、どの山も四季折々表情を変え人々を魅了します。そんな山形の豊かな自然に触れるアウトドアスポットをご紹介します。

山形市 西川町 山童川

クアオルト健康ウォーキング

気軽にウォーキング

クアオルトとはドイツ語で「健康保養地」を意味する言葉。上山市(かみのやま温泉)では、地域の自然や気候風土を活かした新しい温泉保養地「日本型クアオルト」づくりを進めています。

市内には日本でも唯一、本場ドイツのミンヘン大学認定コースがあり、専任ガイドが楽しく丁寧にレクチャーするの、初めての方でも安心。自分のペースで無理なく、楽しみながら健康づくりを行うことができます。また、上山市の他に、天童市と西川町でも「クアの道」としてウォーキングコースを整備しています。

最寄りコースで日頃のストレスからココロとカラダを開放して、エネルギーをチャージしてみませんか。



毎日ウォーキング イベント開催!
日替わりコースを「いつでも、だれでも・1人でも」申し込みらずで、参加できます! その他、コース多数! お好みに合わせお選びください。

クアの道

【天童市】

●舞鶴山コース

自然豊かな舞鶴山は市民の里山として親しまれています。天童織田藩ゆかりの建勳神社など天童の歴史を学び、春は桜、秋は紅葉など、彩り豊かな四季を感じることができるコースです。

●祈りの若松コース

緑結びの観音様で有名な若松寺。杉やケヤキの古木に囲まれた古参道を登り、辿り着いた山頂から見渡す景色は別格です。高低差168mの上級者向けコースです。

◎天童市商工観光課 TEL:023-654-1111

【西川町】

●一本ブナコース

月山志津温泉から周回できる自然豊かなコース。コース名にもなっている一本ブナは、月山山麓のシンボル樹齢400年以上と言われ、大きくねじれた幹が特徴で、その出会いは感動的です。

◎(一社)月山朝日観光協会 TEL:0237-74-4119

クアオルトコースは、上山市内に全8コースあり、里山を歩くコースのほか、標高1,000mの蔵王高原坊平にも2コースあります。快適な夏を過ごしたい方には、標高1,000mのステージがおすすめです!



ここがすごい!
クアオルト健康ウォーキングのポイント

- 専任ガイドがいるから安心!
- がんばらないから続けられる!
- 適度なアップダウンがカラダに刺激!
- 森林浴で癒しの効果あり!
- いつでも、誰でも、一人でもOK!
- 上山には日本でも唯一の認定コースが8つ!
- 天童市、西川町にも「クアの道」がそれぞれ整備!



◎上山市観光物産協会 TEL:023-672-0839

酒田市 遊佐町

鳥海山トレッキング

出羽富士の名を持つ、山形県の高峰

東北第二の高さを誇る、標高2,236mの鳥海山。美しく広がる緩やかな裾野から「出羽富士」とも呼ばれています。

激しい気象の変化が生み出す四季の彩りは実に鮮やかで、春から夏にかけては、固有種をはじめとした200種以上の高山植物が花を咲かせます。最大の絶景ポイントの山頂付近では、天気の良い日には、日の出時に「来光や鳥海山の山影が日本海に映る「影鳥海」を見ることができま。

登山口は9カ所。様々な表情の鳥海山をお楽しみいただけます。



登山の所要時間は、片道4~8時間。夏でも雪深を歩かなければならない場合もあるので、充分な装備で登りましょう。

◎NPO法人遊佐鳥海観光協会 TEL:0234-72-5666

ここがすごい!
鮮やかに彩る200種以上の高山植物



- 多彩な登山ルート[所要時間]
- 象洞口(鉦立)ルート/約4時間40分
 - 吹浦口(大平)ルート/約5時間10分
 - 長坂口ルート/約4時間45分
 - 万助口ルート/約8時間25分
 - 二ノ滝口ルート/約7時間
 - 湯ノ台口(滝の小屋)ルート/約3時間40分
 - 百宅口ルート/約3時間50分
 - 猿倉口ルート/約4時間15分
 - 矢鳥口(戒川)ルート/約3時間50分



鳥海山の麓、八幡升田地区にある玉簾の滝。63mの直瀑は県内随一。GW、8月にはライトアップ、厳冬期には氷瀑も楽しめます。

自然と信仰が息づく「生まれかわりの旅」日本遺産出羽三山

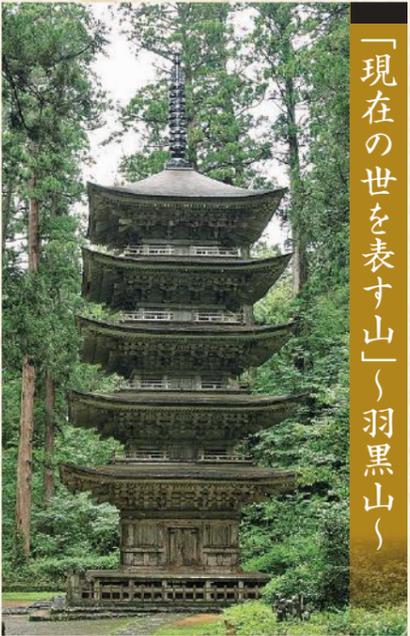


出羽三山の雄大な自然を背景に生まれた羽黒修験道では、羽黒山は「現在の山」、月山は「過去の山」、湯殿山は「未来の山」と言われます。

三山を巡ることは、江戸時代に庶民の間で「生まれかわりの旅」として広がり、地域の人々に支えられながら、日本古来の、山の自然と信仰の結び付きを今に伝えていきます。

羽黒山の杉並木につつまれた石段から始まるこの旅は、訪れる者に自然の霊気と自然への畏怖を感じさせ、心身を潤し明日への新たな活力を与えます。

「現在の世を表す山」〜羽黒山〜



羽黒山は、蜂子皇子が現在の世を生きたる人々を救う仏(聖観世音菩薩)を祀ったと伝わり、人々の現世利益を叶える山であったことから「現在の世を表す山」と言われます。

羽黒山の入り口、随神門から山頂までの約2kmの参道は、日本屈指の段数を誇る2446段の石段と両側に樹齢300~500年の杉並木が続きます。参道を進むとまず、樹齢1000年を超える爺スギと、素木造りの国宝五重塔が現れます。そして清々しい空気と静寂の中、石段を一段一段登り進めたその先の山頂にある三神合祭殿は、厚さ2.1mの茅葺屋根を持ち、羽黒山の祭神とともに、雪が深く冬期間の参拝ができない月山と湯殿山の祭神を合祀しています。

人々はここで、五穀豊稔、諸願成就などの現世での願いを託すとともに「生まれかわりの旅」の成就を願い、月山、湯殿山を目指して旅を続けます。



「過去の世を表す山」〜月山〜

この地域では、太古の昔から、高くそびえる山に祖先の霊が登るといふ信仰があります。出羽三山で「一際高く美しい姿を持つ月山は、「祖霊が鎮まる山」として崇められ、「過去の世を表す山」と言われます。

月山八合目には、極楽浄土を意味する弥陀ヶ原と呼ばれる湿原があり、ここでは、高山植物が咲き乱れ、また斜面を覆う万年雪から流れてくる冷気を感じます。その先の「行者返し」と呼ばれる急斜面や険しい岩場を越え、ようやく到達する山頂の「月山神社」に祀られる、夜を司る神(月読命)に死後の安楽と往生を願います。

「未来の世を表す山」〜湯殿山〜

湯殿山は、頂部からお湯の湧き出る赤色の巨岩である御神体に新しい命を産み出す女性の神祕を重ね、全てのを産み出す山の神(大山祇命)が祀られたことから「未来の世を表す山」と言われます。

参拝者は、大自然の中で裸足になって御神体に触れ、掌と足の裏に伝わる地熱の温かさを大地のエネルギーとして体の中で受け止めます。また湯殿山は、野性味あふれる自然の特徴を活かし、滝行などの「荒行」が行われる行場でもありますが、その苦しい修行は産みの苦しみを表すとも言われ、まさに自然への畏怖と圧倒的な生命力を強く感じさせるので、人々はこの山に生まれかわりを祈ります。



Chokaizan

山形への旅