



歴史と町並みを探訪する 長野県の街道 ～中山道～

写真:妻籠宿(南木曾町)

長野県大阪観光情報センター

〒530-0001

大阪市北区梅田1-3-1-800大阪駅前第一ビル8F

TEL06-6341-8205 FAX06-6456-2889



この道はどこに続く道だろう。

江戸時代に整備された旧街道。

現在も、長野県はもちろん全国各地に残っています。

列車も無ければ車もない時代、街道の果たす役割は大変重要なものでした。

急峻な道や宿場町…一步、また一步と目的地に近づいていくというのも、なかなか良いもの。

いつもは乗り物で通り過ぎてしまう様な場所も、ゆっくり歩けば普段気付かないものに出会えるかもしれません。

・・・ちょっと歩いてみたいですね？

それでは、歴史ロマンあふれる長野県の街道、ご紹介します。



写真：奈良井宿(塩尻市)

中山道

東海道、甲州街道、日光街道、奥州街道、そして「中山道」。

中山道は江戸時代の五街道のうちの一つ、江戸と京都をつなぐ幹線道路でした。

花のお江戸日本橋から京の都に至るまで、宿場の数は69。そのうち、長野県内には25の宿場が設けられました。

木曾路の厳しい峠や急峻な道などのため、東海道ほどの利用者はいませんでした。大きな川越えが少なかったため足止めも少なく、女性の利用者が多かったようです。また、皇女和宮の降嫁、清河八郎の上洛など歴史上の様々な場面でも利用されてきました。

ご紹介する宿場の中の一つ・妻籠宿は、全国でも先駆けて町並み保存運動が起こった場所。江戸時代の町並みがそのまま残る貴重な宿場は歴史ロマンに浸るに十分。

宿場が良い状態で保たれているのも中山道の良いところ。ゆっくり歩いて楽しみましょう。



写真：和田宿(長和町)

中山道 長野県内の宿場一覽

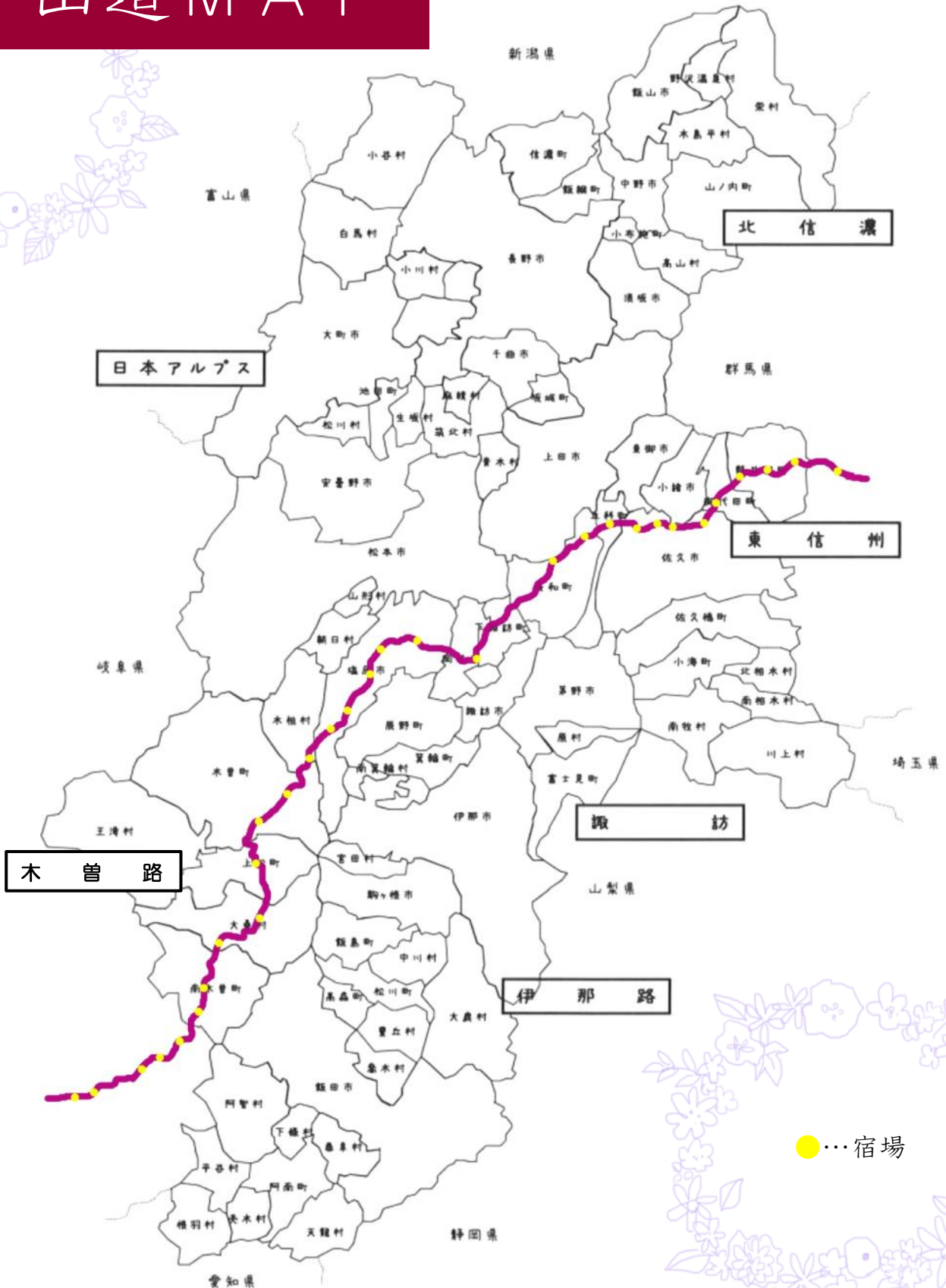
妻籠宿
三留野宿
野尻宿
須原宿
上松宿
福島宿
宮ノ越宿
藪原宿
奈良井宿
贄川宿
本山宿
洗馬宿
塩尻宿

下諏訪宿
和田宿
長久保宿
芦田宿
茂田井間宿
望月宿
八幡宿
塩名田宿
岩村田宿
小田井宿
追分宿
沓掛宿
軽井沢宿



写真：妻籠宿(南木曾町)

長野県内 中山道MAP



馬籠宿～野尻宿



馬籠宿(岐阜県中津川市)
坂道の両側に復元された街並みが続きます。島崎藤村の生誕地としても有名で、ゆかりあるものに触れることができます。



大妻籠(南木曾町)
妻籠宿保存地区内の一地区。小さな集落ですが、昔の町並みを残す建築としても貴重なものです。

三留野宿(南木曾町)
明治時代の大火で街並みが消失してしまいましたが、かつては妻籠宿と並んで栄えた宿場です。



野尻宿(大桑村)
野尻宿は外敵を防ぐ『七曲がり』という曲がりくねった街並みで知られています。木曾十一宿の中でも奈良井宿に次いで長い街並みです。



『是より北木曾路』の碑
中央自動車道
諏訪神社

是より北木曾路の碑(岐阜県中津川市)
江戸に向って木曾路の旅の始まりです！



妻籠宿(南木曾町)
全国で初めて街並みの保存運動が起こった場所。街が静かになる夕暮れに歩くと時代を超えてしまったような気分になります。



かぶと観音(南木曾町)
木曾義仲が兜の八幡座を祠ったのが始まりといわれるお堂で古くから人々に信仰されています。



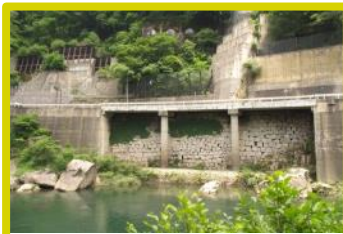
妙覚寺(大桑村)
境内にはマリア観音や村指定の天然記念物「チャンチン」の老木があります。手入れの行届いた裏庭は、四季の色を映した自然絵巻です。

～須原宿～福島宿



須原宿(大桑村)

軒先に置かれた、丸太をくり抜いて作った『水舟』が何とも情緒があります。ゆったりとした雰囲気のある宿場です。



木曾の棧(上松町)

街道きっての難所。今でも石積が残ります。現在は上に道路がでる車が行っているのですから、時の流れの不思議を感じます。



福島宿(木曾町)

資料館も充実しており、街歩きのことこで木曾の歴史に触れることができます。整備された上の段地区や崖屋づくりなど見所色々です。



定勝寺(大桑村)

木曾路の中でも最古刹。春のシダレザクラも有名です。戦国時代木曾谷を支配した戦国大名「木曾義昌」の位牌が安置されています。



寝覚の床(上松町)

浦島太郎伝説の残る名勝。不思議な水の色と岩の形で幻想的な風景を見せてくれます。



上松宿(上松町)

木曾ひのきの集積地として栄えた宿場町です。往時を思いおこさせる建物が軒を連ねます。



福島宿(木曾町)

崖と山と川、地の利を利用した関所です。関所資料館には各種資料が揃います。

～宮ノ越宿～贅川宿



藪原宿(木祖村)

江戸に向かって鳥居峠を控えにぎわった藪原宿。火災に見舞われ街並みの面影は薄れていますが、江戸時代からの名産お六櫛など、伝統が受け継がれています。



奈良井宿(塩尻市)

京に向かって鳥居峠を控え、江戸時代には『奈良井千軒』と謳われた宿場。今なお当時の面影を色濃く残しています。資料館などの見どころも多いです。

是より南木曾路の碑
(塩尻市)
江戸に向かって木曾路は
ここでおしまいです。

『是より南木曾路』の碑

若神子の一里塚

日出塩駅

一里塚跡の碑

贅川駅

贅川宿

茶屋本陣跡

贅川宿本陣跡

道の駅
木曾ならかわ
木曾くらしの工芸館



贅川宿(塩尻市)

木曾路最北端の宿場です。宿場の北には守りの要所・贅川関所が復元され一般公開されています。



宮ノ越宿(木曾町)

木曾義仲が育った地として知られる宿場。徳音寺・義仲館・旗拳八幡宮など、歴史的な見どころの多い場所です。



義仲館(木曾町)

木曾義仲に関する資料が展示されている資料館。武者人形や古文書など見ごたえがあります。



木曾くらしの工芸館(塩尻市)

木曾の木工や漆器を紹介・販売している施設です。道の駅としての機能もあり、お食事もできます。

～本山宿～塩尻宿



洗馬宿(塩尻市)

中山道と善光寺街道の分岐点にあたります。この宿場の名前は、木曾義仲が愛馬を洗ったことに由来しているのだそうです。

塩尻宿(塩尻市)

中山道の中で最も旅籠の多い宿場としてにぎわいました。明治の火災の中で本陣・脇本陣などが消失した上、現在は国道になった為、宿場としての景観はあまり残りません。ですが、小野家・堀内家など国の重要文化財に指定された建物が残り、時代の移り変わりを感じさせます。

塩尻峠展望台(塩尻市)

八ヶ岳中信高原国立公園の一端で、北アルプス、諏訪湖、富士山が一望できます。

小野家住宅(塩尻市)

本陣問屋に次ぐ上級建築で、遺存例も少なく貴重な建物です。



本山宿
本陣跡

本山宿(塩尻市)

出梁造りの町屋が並ぶ美しい街並みです。江戸時代の文献にはそば切り発祥の地とも記載されています。

堀内家住宅(塩尻市)

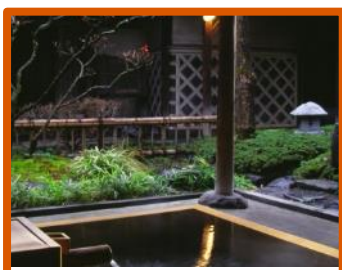
旧堀ノ内村の名主を勤めた豪農の家。本棟造りの中で大型上質の家であり、江戸時代中期に建てられたものです。

諏訪湖

(岡谷市・下諏訪町・諏訪市)
美しい湖の風景が山道を歩いてきた旅人に癒しを与えたことと思います。神秘的な話も多く、信玄の水中墓伝説などが伝わります。



～下諏訪宿～長久保宿



下諏訪宿(下諏訪町)
 中山道唯一の温泉地。諏訪大社の門前町として栄えました。歴史的な名所はもちろん、アート、工房、博物館など街歩きも楽しいです。



万治の石仏(下諏訪町)
 高さ2mくらいの自然石に頭が乗ったユーモラスな石仏。「石工がノミを入れたら血が流れた」「ある日見たら首が伸びていた」などの噂もありますが…はて。

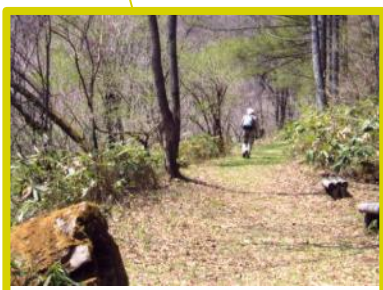


長久保宿(長和町)
 中山道最古の建物・本陣の御殿や本つたつを残す釜鳴屋などが残っています。

長久保宿
 歴史資料館



諏訪大社 下社秋宮(下諏訪町)
 下諏訪駅から歩いて10分。日本最古の神社の一つです。



和田峠(長和町)
 中山道最大の難所とされた和田峠。峠の東西にある茶屋が提供する「力餅」を食べて峠越えに挑んだそうです。



和田宿(長和町)
 中山道一の難所・和田峠を控えた宿場町。今もその街並みをはじめ、歴史的な遺産が多く残ります。

～芦田宿～塩名田宿

芦田宿(立科町)

旧中山道の宿場町で現在町の中心街となっている。中央には旧本陣土屋家があり、今でも江戸時代後期の客殿が残っている。



望月宿(佐久市)

問屋と旅籠を兼ねた真山家住宅など、今なお面影を残す建物があり、宿場の繁栄した様が見えます。



八幡宿(佐久市)

皇女和宮が宿泊した宿場。小さな宿場ですが、千曲川と交わる渡し場として栄えました。



茂田井間宿(佐久市)

望月宿から芦田宿へと続く旧中山道の間の宿。昔の家屋が残り、風情があります。



八幡神社高良社(佐久市)

旧神殿である高良社は国指定重要文化財。室町時代の美術がよく表れた造りです。



塩名田宿(佐久市)

千曲川河畔にある宿場。千曲川の渡しとして発展しました。問屋・本陣跡と高札場跡が残ります。

～岩村田宿～軽井沢宿



追分の分かれ (軽井沢町)
中山道と北国街道の分岐点に立つ道標。常夜灯や地藏なども残ります。

追分宿(軽井沢町)

北国街道と中山道の分岐点にある宿場で、今も宿場の雰囲気を残しています。当時の原型をとどめている枳形茶屋や宿場の入り口の郷土館など、歴史と文化を伝える宿場です。

杏掛宿(軽井沢町)

追分宿・軽井沢宿とこの杏掛宿は浅間根腰の三宿として知られました。現在では別荘地やリゾート地として多くの人々が訪れます

軽井沢宿(軽井沢町)

今や日本屈指のリゾート地として知られる軽井沢。宿場の様子はあまり残りませんが、昔もかなり賑やかな宿場だったようです。



龍雲寺(佐久市)
本陣・脇本陣のない岩村田宿では、龍雲寺が本陣の役割を果たしました。



岩村田宿(佐久市)
岩村田宿は佐久甲州街道、善光寺道、上州下仁田道の分かれがあります。内藤氏の城下町として栄えました。



小田井宿(御代田町)
大名は追分で宿をとり、姫君は小田井宿で泊まったことから「姫の宿」と呼ばれました。皇女和宮もご降嫁の際に休憩されました。



碓氷峠見晴台(軽井沢町)
浅間山・妙義山などの眺めが素晴らしい見晴台。昔は中山道の難所として旅人を迎えました。

中山道沿い市町村 問合せ先

京都から東京に向かって通る順番に…

岐阜県中津川市

馬籠観光協会 TEL: 0573-69-2336

南木曾町

妻籠宿観光案内所 TEL: 0264-57-3123

大桑村

大桑村観光協会 TEL: 0264-55-4566

上松町

上松町観光協会 TEL: 0264-52-1133

木曾町

木曾町観光協会 TEL: 0264-22-4000

木祖村

木祖村観光協会 TEL: 0264-36-2534

塩尻市

塩尻市観光協会(観光センター) TEL: 0263-54-2001

塩尻市観光協会(榑川地区) TEL: 0264-34-3160

奈良井宿観光協会 TEL: 0264-34-3048

岡谷市

岡谷市観光協会 TEL: 0266-23-4854

下諏訪町

下諏訪町観光協会 TEL: 0266-26-2102

諏訪市

諏訪市観光協会 TEL: 0266-52-2111

長和町

長和町観光協会 TEL: 0268-68-0006

立科町

蓼科白樺高原観光協会 TEL: 0267-55-6654

佐久市

佐久市観光協会 TEL: 0267-62-3285

御代田町

御代田町観光協会 TEL: 0267-32-3111

軽井沢町

軽井沢観光会館 TEL: 0267-42-5538

決して無理せず
ホイサッサ

宿泊場所の
下調べも
お忘れなく!

