

癒しの湯・祈りの里ウォーキング・フォトガイド 遊歩百選※コース 全行程約10km



◆スタート地点

1. 別所線上田駅です。【コンビニ(上田駅お城口側)、売店等、食事、トイレ】昔懐かしい「まるまど電車」に運良く乗ることが出来るかもしれません。ウォーキングの始まりは、電車の小さな旅からです。まずは、車窓から風景を楽しみましょう。

★別所線時刻案内 上田電鉄上田駅 Tel.0268-22-3612
 上田駅→塩田町駅(8時~12時)
 0820→0841 0906→0925 0951→1013
 1032→1051 1110→1127 1149→1208

★きっぷのご案内

別所線：上田駅→塩田町駅400円
 別所温泉駅→上田駅570円
 シャトルバス：1回200円、一日券500円
 ウォーキング券(上田駅→塩田町駅、別所温泉駅→上田駅セット930円)
 ウォーキング券・シャトルバス1日券セット：1100円

◆「泥宮」までの道

2. 別所線塩田町駅です。【飲物自販機、シャトルバス停「塩田町駅」】ここからウォーキングが始まります。駅から踏切を渡らない方向に歩いてください。



★シャトルバス案内 上電バス Tel.0268-22-1504
 (4月1日~11月30日の間運転)
 塩田町駅→無言館(所要7分)
 0845→0852 1016→1022
 1130→1137 1330→1337
 1450→1457 1605→1612

250m およその距離です
 以下同じ

3. 交差点はまっすぐ、案内看板のある細い道に進んでください。



★タクシー案内
 上田電鉄タクシー
 Tel.0268-22-0055

170m

4. 商店前の二股の道は右に進んでください。【飲物自販機】やがて右側に「桃郷翁句碑」が現れます。さらに進んで、火の見やぐらの十字路はまっすぐ進みます。



桃郷翁句碑

470m

5. すぐにため池(上窪池)に突き当たります。



泥宮

独鈷山

丸子・武石方面

130m



上窪池

泥宮

次頁へ



独鈷山

この辺が無言館

840m



360m



無言館

行き

見学後前山寺へ

150m



休憩所

430m



前山寺

シャトルバス停留所

110m

次頁へ

◆「無言館」までの道

6. 泥宮を過ぎて、独鈷山を望みながら、田んぼの中を進みます。

十字路に案内看板があるので左に曲がります



案内看板

広い道路を渡り、



山に向かって進みます。

この辺が前山寺



7. 無言館の看板があるので、左に曲がり、急な坂道をひたすら登ります。



休憩場所

見学後前山寺へ

行き

途中に休憩所があります。また、見学後はこの休憩場所までもどって、前山寺に向かいます。

8. 無言館は、すぐそこです。帰りも同じ道を下ります。



無言館

◆「前山寺」への道

9. 先ほど通りすぎた休憩所を左にはいります。

すぐに、シャトルバス停留所があります。【トイレ、シャトルバス停「無言館」】

上に上田紬やお茶の飲めるお店があります。

お店の前を通過して前山寺に向かいます。



この辺が前山寺

お店

トイレ

シャトルバス停留所

★シャトルバス案内

(4月1日～11月30日の間運転)

無言館→前山寺 (所要1分)

0852→0853 1022→1023

1137→1138 1337→1338

1457→1458 1612→1613

10. 前山寺に到着です。【トイレ、シャトルバス停「前山寺」】

前山寺の山門が

左にあるので入りましょう。

まっすぐ上ると前山寺です。

★シャトルバス案内

(4月1日～11月30日の間運転)

前山寺→龍光院 (所要3分)

0853→0856 1023→1026

1138→1141 1338→1341

1458→1501 1613→1616



前山寺



◆「龍光院」、「塩田の館」への道
11. 前山寺の見学が終わり階段を下りたら左に曲がります。すぐに、また左に曲がります



12. トイレの先に案内看板があるので、右の山道に入ります。



溪流の見事な景色が楽しめます



13. しばらく歩くと、あじさいに囲まれた塩田城址の碑があります。右手のあじさい小径を進みます。



14. あじさい小径が開けると、左に龍光院、右に塩田の館が見えます。(右に下りきったところにシャトルバス停留所があります)



15. 塩田の館です。【食事、トイレ、シャトルバス停「龍光院」】
ここで、そば等食事が出来ます。おやきを買って庭でほおぼるも良いです。
シャトルバス停は塩田の館の裏にあります。

◎メニュー

皿そば(手打ちそば)700円、冷やしうどん600円他
おやき1個120円 他

★シャトルバス案内	
(4月1日～11月30日の間運転)	
龍光院→中禅寺 (所要1分)	
0856→0857	1026→1027
1141→1142	1341→1342
1501→1502	1616→1617

★タクシー案内
上田電鉄タクシー
Tel.0268-22-0055

次頁へ





◆「塩野神社」への道
16. 塩田の館の庭を抜けた駐車場の先に
あじさい小径が続きます。



途中眺めの良い休憩場所もあります



17. あじさい小径は、さらに続きます。
アスファルト道には出ずに、沢沿いの小径を
気持ちよく歩きましょう



18. あじさい小径の終点は塩野神社です。
塩野神社の見学は左です。



◆「中禅寺」への道
19. 次に中禅寺に向かいます。
塩野神社をでて少し進むと左に中禅寺山門がありあます。



20. 中禅寺山門の奥が中禅寺です。
【トイレ、茶店、飲物自販機、シャトルバス停「中禅寺」】
お茶屋があるので、ひと休み出来ます。
中禅寺の見学を終えたら同じ道に戻ってきます。



★シャトルバス案内
(4月1日～11月30日の間運転)
中禅寺→別所温泉 (所要11～18分)
0857→0908 1027→1045
1142→1200 1342→1400
1502→1515 1617→1635
シャトルバスを使って別所温泉へ向かわ
れる方は末頁をご覧ください。

★タクシー案内
上田電鉄タクシー
TEL0268-22-0055



◆満願寺への道

21. 中禅寺を後にして進むと、すぐに鳥居が見えます。
案内看板は、別所温泉を右に案内しますが、
ここは、まっすぐ進みます。

広い展望が疲れを忘れさせます。



22. 独鈷温泉の入り口は、まっすぐ進みます。
【シヤトルバス停「独鈷温泉」】

★シヤトルバス案内
(4月1日～11月30日の間運転)
独鈷温泉→別所温泉 (所要10分)
1035→1045 1150→1200
1350→1400 1625→1635
シヤトルバスを使って別所温泉へ向かわ
れる方は末頁をご覧ください。

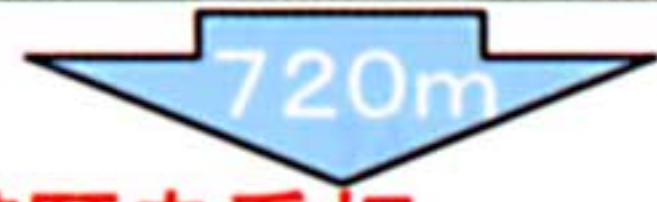


23. 舌喰池につきあたったら、左に曲がります。【シヤトルバス停「金井」】
右に昔懐かしいたたずまいの校舎、旧西塩田小学校が見えます。

★シヤトルバス停「金井」
別所温泉方面行 0902、1039、1154、1354、1507、1629



丘の向こうへ
ひたすら道なりに
歩きます。



24. やがて住宅が増え、満願寺の看板があるので、
そこを左に曲がらしましょう。【シヤトルバス停「満願寺入口」】

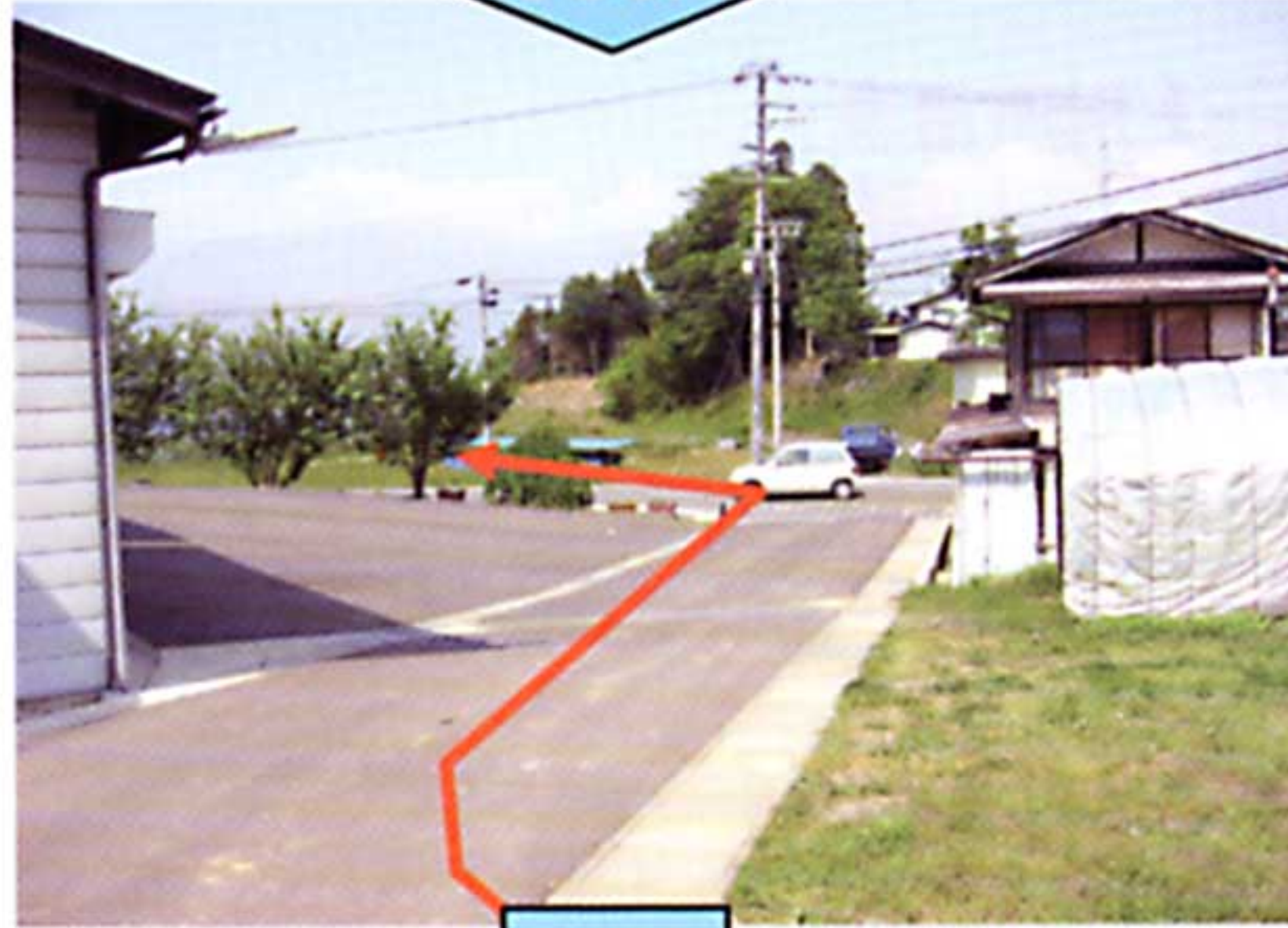
★シヤトルバス停「満願寺入口」
別所温泉方面行
0903、1040、1155、1355、1508、1630



次頁へ



25. 橋のある十字路をまっすぐ進めばすぐに満願寺です。【トイレ】
見学後はここまで戻り北向観音を目指します。



◆北向観音(別所温泉)への道
26. 道なりに歩いていくと、
大きな道路に出るので、左に曲がります。



27. やがて信号のある交差点に着くので
左に曲がります。



やがて別所温泉駅が見えてきます。
【観光案内所、トイレ、飲物自販機】



28. 別所温泉駅前の二股の道は左に進みましょう。
湯川に沿って道を進むと、旅館の間に「大湯(葵の湯)」が見えてきます



大湯の前を右に曲がり、温泉街を進みます。



29. 観光駐車場、北向観音が右手に見えてきますが、
まっすぐ進み、石畳の北向観音参道に入ります。



次頁へ



30. 北向観音に到着です。
境内には温泉が出ています。



塩田平、上田方面を一望でき、「足湯ななくり」も前方左下に見えるので位置を確認しておきましょう。



◆安楽寺までの道

31. 北向観音境内から階段を下り、お土産やさん並ぶ参道を進みます。



川を渡り、階段を上って、十字路は、さらにまっすぐ進みます。階段の左手には、外湯「大師湯」「石湯」があるので覚えておきましょう。



32. 少し歩くと、左に安楽寺の山門があるのでくぐって、進みます。



33. 池を過ぎて右に曲がれば安楽寺です。【トイレ】
見学後常楽寺へは、また、この道に戻ってきます。



◆「常楽寺」への道

34. 戻ってきた道を案内看板にしたがって左に曲がり、常楽寺へ向かいます。



230m
次頁へ

常楽寺への途中、別所温泉街と塩田平の景色が広がります。



35. しばらく歩き、突きあたった左が常楽寺です。【茶屋、トイレ】
 ここには、茶屋もあるので休むこともできます。



◆「別所温泉街」、「別所温泉駅」への道
 36. 常楽寺を見学後、茶屋の前をとおる、階段を下り、まっすぐ歩きます



37. 相楽閣に到着しました。【観光駐車場にトイレ、飲物自販機】
 左に曲がれば別所温泉駅(約5分)ですが、時間に余裕があれば、温泉や、足湯、温泉街でぶらぶらも良いです。もちろん、宿泊でゆっくりがお勧めです。

◎外湯案内

- ・相楽閣: 料金150円(17:00~22:00)
- ・大湯: 料金150円(6:00~22:00)
- ・大師湯: 料金150円(6:00~22:00)
- ・石湯: 料金150円(6:00~22:00)
- ・足湯ななくり: 無料(6:00~20:00)

タオル(150円)、
 シャンプー・リンス・石鹸・
 かみそり(各20円~50円)

★シャトルバスで別所温泉に来た方



【シャトルバス停「別所温泉」】
 シャトルバスは相楽閣の前の観光駐車場バス停に止まります。シャトルバスで来た方はここから別所温泉の観光がスタートです。案内看板にしたがって北向観音方面に向かい、No30からスタートしてください。



38. おつかれさまでした。別所温泉駅に到着しました。
 【トイレ、飲物自販機】
 旅の余韻を楽しみながら別所線で上田に向かいましょう。



★別所線時刻案内

別所温泉駅→上田駅(16時~19時)
 1506→1536 1544→1613 1614→1644
 1644→1713 1714→1743 1743→1812
 1812→1841 1841→1910

製作: 上田電鉄株式会社 このガイドは(社)日本民営鉄道協会との共同事業で作成いたしました。

注: 電車・バスの時刻は、変更されている場合があります。

上田交通ホームページで確認できます。http://www.ukg.co.jp

また、トイレや自販機等諸施設も変更されることがあります。ご了承ください。

※本コースは、読売新聞「遊歩百選」で選定されたコースを一部変更しております。

別所線で行く!!癒しの湯・祈りの里ウォーキングプラン(参考)

【注】歩行速度は、個人差がありますので、記載されている歩行時間は目安として下さい。
 見学時間も目安として定めたものです。ご自身でご調整をお願いいたします。
 電車、バスの時刻等(平成19年夏現在)は、変更されている場合があります。念のため、ご自身で、ご確認下さい。

①全てを徒歩で巡るプラン(参考)

全てのコースを歩行した場合のプランです。
 歩行:3時間40分、見学・食事:3時間35分

②徒歩とシャトルバスで巡るプラン(参考)

徒歩とバスを利用した場合のプランです。
 歩行:1時間25分、見学・食事:4時間27分

駅名	徒歩	シャトルバス
新幹線	あさま507号(東京発7:52)	あさま507号(東京発7:52)
上田駅	9:34着 乗継5分 9:51発 待ち12分 コンビニ有	9:34着 乗継5分 9:51発 待ち12分 コンビニ有
塩田町駅	10:13着 10:20発 準備7分 飲料自販機 桃郷翁句碑	10:13着 10:16発 準備3分 飲料自販機
泥宮	10:35着 10:35発 見学0分	通りません
無言館	11:00着 トイレ 11:30発 見学30分	11:22降車 トイレ 11:00発 見学38分
前山寺	11:45着 トイレ 12:00発 見学15分	11:15着 トイレ 11:38乗車 見学23分
龍光院	12:25着 12:30発 見学5分	11:41着 11:55発 見学14分
塩田の館	12:35着 トイレ 13:20発 食事45分 食事、売店	12:00着 トイレ 12:45発 食事45分 食事、売店
塩野神社	13:35着 13:40発 見学5分 皿そば700円 おやき120円 他	13:00着 13:05発 見学5分 皿そば700円 おやき120円 他
中禅寺	13:45着 トイレ 14:00発 見学15分 茶屋、飲物 小売店、飲料自販機	13:10着 トイレ 13:42発 見学32分 茶屋、飲物 小売店、飲料自販機
満願寺	14:45着 トイレ 14:50発 見学5分	通過
北向観音	15:25着 15:40発 見学15分 街中なので色々有	別所温泉バス停14:00着 14:10着 14:25発 見学15分 街中なので色々有
安楽寺	15:50着 16:05発 見学15分	14:35着 14:50発 見学15分
常楽寺	16:15着 16:30発 見学15分 茶屋	15:00着 15:15発 見学15分 茶屋
別所温泉	16:40着 温泉街巡り 17:30発 見学50分 外湯温泉入浴	15:25着 16:30発 見学65分
別所温泉駅	17:35着 17:43発 待ち7分 宿泊大歓迎	16:35着 16:44発 待ち9分 宿泊大歓迎
上田駅	18:12着 乗継5分 18:47発 待ち30分 あさま546号(東京着20:20)	17:13着 乗継5分 18:01発 待ち43分 あさま544号(東京着19:32)
新幹線	あさま546号(東京着20:20)	あさま544号(東京着19:32)

●実際に歩いた時のデータ

平成18年6月3日(土)、天候:晴れ、気温:21~26℃

持ち物 飲物、カメラ、タオル、携帯電話等

歩行時間 3時間20分(写真を撮りながら)

見学時間 80分(名所は除く程度で計40分、温泉入浴(大湯)40分)

食事 35分(塩田の館)

歩いた人	年齢	体重の変化	途中食べたもの、飲んだもの
きよし	41	70.5→69.5kg	皿そば、おやき1ヶ
けいた	10	43.0→42.5kg	皿そば、ジュース
りょうた	8	27.5→27.0kg	冷うどん、ジュース
			ダイエット飲料500ml 麦茶500ml×3本