



生島足島神社大鳥居

上田電鉄別所線・上田バス信州上田レイライン線
でめぐる

日本遺産コースマップ

日本遺産認定1周年記念

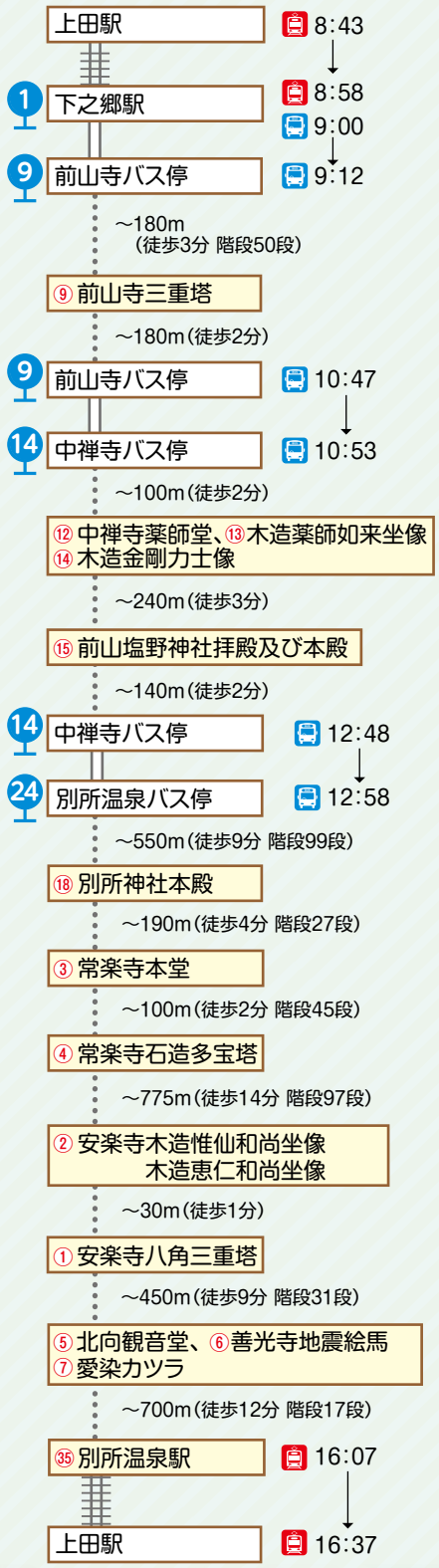
ラッピング車両



日本遺産巡りモデルコース

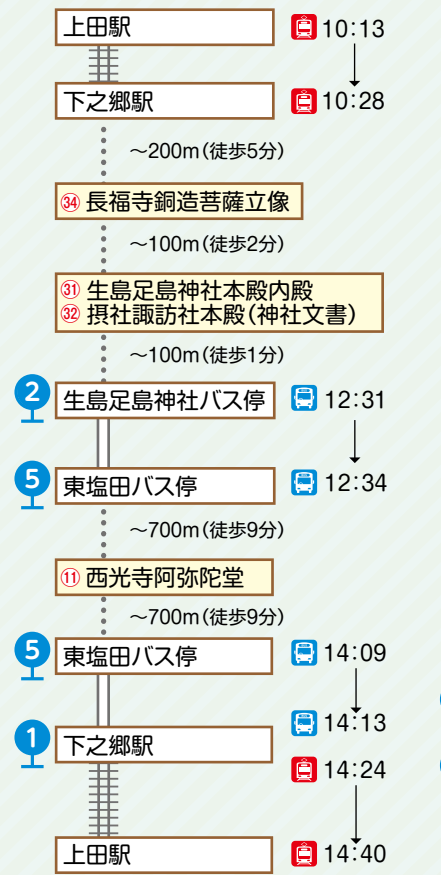
日本遺産 14ヵ所

じっくり日本遺産堪能コース 所要時間 約8時間



日本遺産 4ヵ所

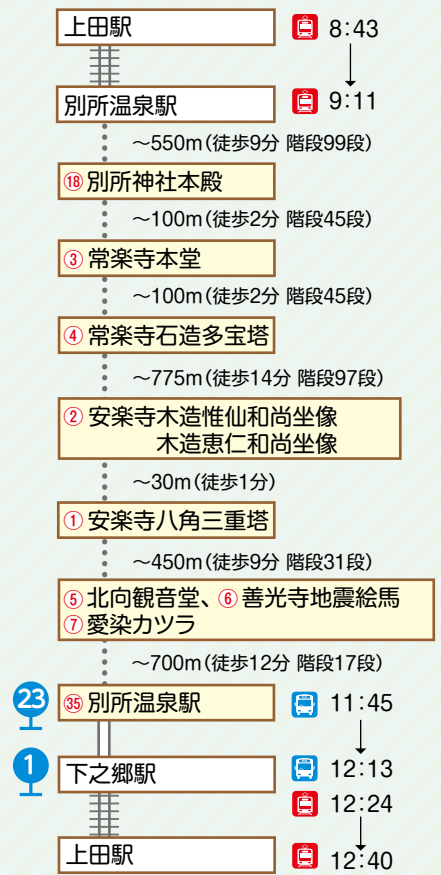
神社仏閣パワースポットコース 所要時間 約5時間



電車発着時刻 電車移動 徒歩移動
バス発着時刻 バス移動

日本遺産 9ヵ所

塩田平風景巡りプチトリップコース 所要時間 約4時間



上田市日本遺産構成文化財

- (青字はモデルコースでご紹介している日本遺産です)
- 1 安楽寺八角三重塔 (国宝)
 - 2 木造惟仙和尚坐像 (国重文)
木造恵仁和尚坐像 (国重文)
 - 3 常楽寺本堂
 - 4 常楽寺石造多宝塔 (国重文)
 - 5 北向観音堂
 - 6 善光寺地震絵馬
 - 7 愛染カツラ (別所五木) (市天然記念物)
 - 8 舞田の石造五輪塔 (県宝石造物)
 - 9 前山寺三重塔 (国重文)
 - 10 ちがい石とその産地 (市天然記念物)
 - 11 西光寺阿弥陀堂 (県宝建造物)
 - 12 中禅寺薬師堂 (国重文)
 - 13 中禅寺木造薬師如来坐像 (国重文)
 - 14 中禅寺木造金剛力士像 (県宝彫刻)
 - 15 前山塩野神社拝殿及び本殿
 - 16 法住寺虚空蔵堂 附 厨子 (国重文)
 - 17 別所温泉の岳の職行事 (国選択無形民俗文化財)
 - 18 別所神社本殿 (神楽殿) (本朝縁結大神祠)
 - 19 鞍が淵と蛇骨石
 - 20 千駄焚き・百八手
 - 21 奈良尾石造大姥坐像
 - 22 保野の祇園祭 (市指定無形民俗文化財)
 - 23 信濃国分寺跡 (国史跡)
 - 24 信濃国分寺本堂 (県宝)
 - 25 信濃国分寺三重塔 (国重文)
 - 26 信濃国分寺石造多宝塔
 - 27 牛頭天王祭文
 - 28 上田市八日堂の蘇民将来符頒布習俗 (国選択無形民俗文化財)
 - 29 八日堂縁日図
 - 30 泥宮
 - 31 生島足島神社本殿内殿 (県宝建造物)
 - 32 生島足島神社 摂社諏訪社本殿
 - 33 生島足島神社文書 (国重文)
 - 34 長福寺銅造菩薩立像 (国重文)
 - 35 別所線の鉄道施設

日本遺産とは...

日本遺産とは、文化庁が認定した、地域の歴史的魅力や特色を通じて日本の文化・伝統を語るストーリーです。有形・無形の文化財群を地域が主体となって整備・活用し、国内外へその魅力を発信することで、地域の活性化を図ることを目的としています。(全国104件、県内4件認定 令和3年1月現在)

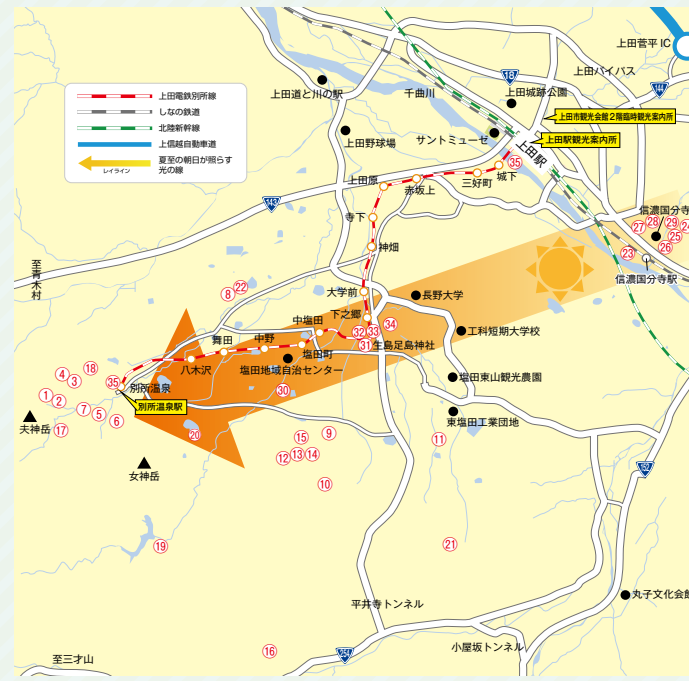
レイラインがつなが「太陽と大地の聖地」～龍と生きるまち 信州上田・塩田平～

独鈷山と夫神岳から扇状に開ける地・塩田平は、古来「聖地」として多くの神社仏閣が建てられています。

山のふもとにある「信州最古の温泉」といわれる別所温泉、「国土・大地」を御神体とする「生島足島神社」、「大日如来(太陽)」を安置する「信濃国分寺」は、レイラインと重なる1本の直線状に配置されているように見えます。

生島足島神社では、夏至と冬至に、鳥居の中を太陽の光が通り抜け、神々しくぬくもりのある輝きを享受できるのです。

先人たちが、この地が特別であると後世に伝えようと遺したとも思える様々な仕掛けは、今も、訪れる人びとにパワーをチャージさせてくれます。



※レイラインとは、ここでは夏至と冬至の朝日が照らす線の事を指します。

日本遺産に関するお問合せ
上田市交流文化スポーツ課 ☎0268-75-2005

別所線電車に関するお問合せ
上田電鉄株式会社 ☎0268-22-3612 (上田駅)

バスに関するお問合せ
上田バス株式会社 ☎0268-34-6602

制作・発行 / 上田市日本遺産推進協議会・上田市観光課

※拝観料がかかる場所・予約が必要な場所がございます。※季節や時期によってご覧になれない場合がございます。

上田バス 信州上田レイライン線・別所線 運行ルート



- 18 別所神社
- 常楽寺 4
- 3 別所郵便局
- 1 2 安楽寺
- 7 5 6 別所温泉 大湯
- 17 北向観音



バス停留所一覧

24 別所温泉 ⇨ 23 別所温泉駅 ⇨ 22 比蘭樹 ⇨ 21 山田 ⇨ 20 満願寺入口 ⇨ 19 金井 ⇨ 18 さくら国際高校 ⇨ 17 手塚 ⇨ 16 中原 ⇨ 15 西前山 ⇨ 14 中禅寺 ⇨ 13 龍光院 ⇨ 12 前山 ⇨ 11 宮本町 ⇨ 10 本町 ⇨ 9 前山寺 ⇨ 8 藤本 ⇨ 7 無言館 ⇨ 6 押出 ⇨ 5 東塩田 ⇨ 4 石神 ⇨ 3 郵便局前 ⇨ 2 生島足島神社 ⇨ 1 下之郷駅

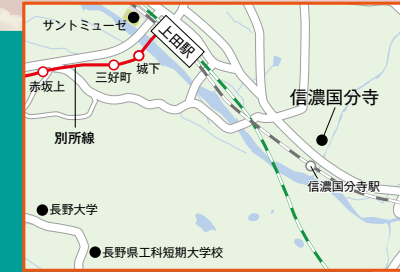
上田電鉄 別所線 時刻表

上り(上田行)			下り(下之郷・別所温泉行)		
別所温泉駅	下之郷	上田	上田	下之郷	別所温泉駅
—	5:45	6:01	—	6:00	6:12
6:19	6:31	6:47	6:15	6:31	6:44
—	6:51	7:07	6:35	7:08	7:21
6:54	7:08	7:24	7:18	7:39	7:51
7:27	7:40	7:58	7:54	8:10	8:23
7:58	8:10	8:28	8:24	8:39	—
8:28	8:40	8:57	8:43	8:58	9:11
—	9:02	9:19	9:15	9:30	9:43
9:16	9:30	9:47	9:43	9:58	—
10:14	10:27	10:43	10:13	10:28	10:40
11:11	11:24	11:40	11:10	11:25	11:37
12:11	12:24	12:40	12:10	12:25	12:37
13:11	13:24	13:40	13:10	13:25	13:37
14:11	14:24	14:40	14:10	14:25	14:37
15:11	15:24	15:40	14:10	15:25	15:37
—	15:53	16:10	16:06	16:21	16:34
16:07	16:21	16:37	16:31	16:50	17:03
16:39	16:52	17:10	17:06	17:22	17:34
17:08	17:22	17:41	17:37	17:52	18:05
17:39	17:53	18:09	18:03	18:22	18:34
18:10	18:22	18:38	18:32	18:51	19:04
18:39	18:51	19:09	19:05	19:22	19:34
19:10	19:22	19:38	19:32	19:51	20:03
19:39	19:51	20:09	20:05	20:21	20:33
20:38	20:52	21:07	20:37	20:53	21:05
21:15	21:29	21:44	21:14	21:29	21:41
21:52	22:06	22:21	21:51	22:06	22:18
22:28	22:41	22:57	22:27	22:42	22:54
—	—	—	23:17	23:32	—

*赤字は、土曜日・日曜日・祝日および12月30日～1月3日は連休となります。

上田バス 信州上田レイライン線 時刻表

下之郷駅→別所温泉						別所温泉→下之郷駅					
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫
下之郷駅(バス)	9:00	10:35	12:30	14:30	16:25	別所温泉(将軍塚)	9:50	11:45	13:45	15:15	17:15
生島足島神社前	9:01	10:36	12:31	14:31	16:26	別所温泉駅(別所線)	9:51	11:46	13:46	15:16	17:16
郵便局前	9:02	10:37	12:32	14:32	16:27	比蘭樹	9:51	11:46	13:46	15:16	17:16
石神	9:03	10:38	12:33	14:33	16:28	山田	9:54	11:49	13:49	15:19	17:19
東塩田	9:04	10:39	12:34	14:34	16:29	満願寺入口	9:54	11:49	13:49	15:19	17:19
押出	9:09	10:44	12:39	14:39	16:34	金井	9:55	11:50	13:50	15:20	17:20
無言館	9:11	10:46	12:41	14:41	16:36	さくら国際高校前	9:55	11:50	13:50	15:20	17:20
藤本	9:11	10:46	12:41	14:41	16:36	手塚	9:56	11:51	13:51	15:21	17:21
前山寺	9:12	10:47	12:42	14:42	16:37	中原	9:58	11:53	13:53	15:23	17:23
本町	9:14	10:49	12:44	14:44	16:39	西前山	9:59	11:54	13:54	15:24	17:24
宮本町	9:15	10:50	12:45	14:45	16:40	中禅寺	10:00	11:55	13:55	15:25	17:25
前山	9:15	10:50	12:45	14:45	16:40	龍光院	10:02	11:57	13:57	15:27	17:27
龍光院	9:16	10:51	12:46	14:46	16:41	前山	10:03	11:58	13:58	15:28	17:28
中禅寺	9:18	10:53	12:48	14:48	16:43	宮本町	10:03	11:58	13:58	15:28	17:28
西前山	9:19	10:54	12:49	14:49	16:44	本町	10:04	11:59	13:59	15:29	17:29
中原	9:20	10:55	12:50	14:50	16:45	前山寺	10:06	12:01	14:01	15:31	17:31
手塚	9:22	10:57	12:52	14:52	16:47	藤本	10:07	12:02	14:02	15:32	17:32
さくら国際高校前	9:23	10:58	12:53	14:53	16:48	無言館	10:07	12:02	14:02	15:32	17:32
金井	9:23	10:58	12:53	14:53	16:48	押出	10:09	12:04	14:04	15:34	17:34
満願寺入口	9:24	10:59	12:54	14:54	16:49	東塩田	10:14	12:09	14:09	15:39	17:39
山田	9:24	10:59	12:54	14:54	16:49	石神	10:15	12:10	14:10	15:40	17:40
比蘭樹	9:27	11:02	12:57	14:57	16:52	郵便局前	10:16	12:11	14:11	15:41	17:41
別所温泉駅(別所線)	9:27	11:02	12:57	14:57	16:52	生島足島神社前	10:17	12:12	14:12	15:42	17:42
別所温泉(将軍塚)	9:28	11:03	12:58	14:58	16:53	下之郷駅(バス)	10:18	12:13	14:13	15:43	17:43



塩田平の日本遺産構成文化財

- 安楽寺八角三重塔(国宝)
- 木造惟仙和尚坐像(国重文)
木造恵仁和尚坐像(国重文)
- 常楽寺本堂
- 常楽寺石造多宝塔(国重文)
- 北向観音堂
- 善光寺地震絵馬
- 愛染カツラ(別所五木)(市天然記念物)
- 舞田の石造五輪塔(県宝石造物)
- 前山寺三重塔(国重文)
- ちがい石とその産地(市天然記念物)
- 西光寺阿弥陀堂(県宝建造物)
- 中禅寺薬師堂(国重文)
- 中禅寺木造薬師如来坐像(国重文)
- 中禅寺木造金剛力士像(県宝彫刻)
- 前山塩野神社拝殿及び本殿
- 別所温泉の岳の轎行事(国選択無形民俗文化財)
- 別所神社本殿
- 千駄焚き・百八手
- 泥宮
- 生島足島神社本殿内殿(県宝建造物)
- 生島足島神社摂社諏訪社本殿
- 生島足島神社文書(国重文)
- 長福寺銅造菩薩立像(国重文)
- 別所線の鉄道施設

レイラインがつなぐ「太陽と大地の聖地」
～龍と生きるまち信州上田・塩田平～
上田市の日本遺産を、迫力ある動画でご覧いただけます。

信州上田グルメガイド
信州上田の美味自慢をご紹介します。日本遺産観光と共に楽しみください。

別所線・信州上田レイライン線 電車・バスフリーきっぷ発売中

「上田電鉄 別所線」と無言館、前山寺、龍光院、中禅寺方面をめぐる「上田バス 信州上田レイライン線」が乗り降り自由でお得なフリーきっぷ

- ◆発売金額 大人▶1,240円 小児▶620円
- ◆有効期限 発売日当日限り ◆発売場所 上田駅
- ◆発売期間 発売中～11月30日まで

上田電鉄 1日まるまるフリー切符
別所線全線1日乗降自由!
◆発売金額 大人▶1,180円 小児▶600円
◆発売場所 上田、下之郷、別所温泉
上田駅は券売機でお求めいただけます。下之郷駅、別所温泉駅は窓口営業時間に発売。

上田バス 信州上田レイライン線1日券
下之郷駅から塩田平、別所温泉を結ぶシャトルバスです。
◆発売金額 大人▶500円 小児▶250円
◆発売場所 バスにご乗車の際、運転手にお声がけください。