日本遺産 信州上田･塩田平検定用テキスト

日本遺産
信州上田･塩田平の
文化財ガイドブック

泥宮の鳥居を通して観る烏帽子岳から昇る夏至の朝日

日本遺産信州上田・塩田平検定実行委員会

本ガイドブックについて

このガイドブックは、日本遺産に認定されている「信州上田・塩田平」の文化財について、その概要を掲載しています。

この中から、「日本遺産 信州上田・塩田平検定」の問題が出題されます。

【日本遺産の認定について】

○　日本遺産とは

地域の歴史的魅力や特色を通じて我が国の文化・伝統を語るストーリーを「日本遺産（Japan Heritage）」として文化庁が認定するとともに、ストーリーを語る上で欠かせない魅力ある有形・無形の文化財群を地域が主体となって総合的に整備・活用し、国内外に戦略的に発信していくことにより、地域の活性化を図るものです。

○　上田市の認定について

上田市においては、令和２年（２０２０年）に、次のストーリータイトルで日本遺産に認定されています。

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～

また、認定ストーリーは次の４つで、それを構成する「構成文化財」の数は３６あります。

●信州の学海
●神宿る「山」への祈り
●祈りの言葉は「アメフラセタンマイナ」
●未来への懸け橋

※日本遺産については、上田市ホームページもご参照ください。
→　https://www.city.ueda.nagano.jp/site/nihonisan/

【本ガイドブックの構成】

このガイドブックは、２部構成になっています。

１　日本遺産のストーリー及び構成文化財

日本遺産の認定ストーリーと３６の構成文化財の概要について、市ホームページの説明文をもとに掲載しています。

２　日本遺産以外も含めた塩田平の文化財

塩田平には、日本遺産の構成文化財のほかにも数多くの文化財があります。上田市日本遺産推進協議会では、塩田まちづくり協議会と連携して、主に子どもたちに知ってもらうため、日本遺産の構成文化財と、それ以外の塩田平にある文化財のうちの一部を題材とした「かるた」を令和３年（２０２１年）に作成しました。

このガイドブックでは、その「かるた」の題材になっている文化財の概要について、「かるた」の読み句順（あいうえお順）に、かるたに合わせて作成した「かるたマップ」の説明文をもとに掲載しています。

なお、「かるた」及び「かるたマップ」については２１ページをご参照ください。

目　　次

1　日本遺産のストーリー及び構成文化財 -------- 1
①　日本遺産認定ストーリー ---------- 1
②　構成文化財（３６件）
1 安楽寺八角三重塔 ---------- 3
2 木造惟仙和尚・木造恵仁和尚坐像 ---------- 3
3 常楽寺本堂 ---------- 3
4 常楽寺石造多宝塔 ---------- 3
5 北向観音堂 ---------- 3
6 善光寺地震絵馬 ---------- 4
7 愛染カツラ《別所五木》 ---------- 4
8 舞田の石造五輪塔 ---------- 4
9 前山寺三重塔 ---------- 4
10 ちがい石とその産地 ---------- 5
11 西光寺阿弥陀堂 ---------- 5
12 中禅寺薬師堂 ---------- 5
13 中禅寺木造薬師如来坐像 ---------- 5
14 中禅寺木造金剛力士像 ---------- 5
15 前山塩野神社拝殿及び本殿 ---------- 5
16 法住寺虚空蔵堂附厨子 ---------- 5
17 別所温泉の岳の幟行事 ---------- 6
18 別所神社本殿《神楽殿・本朝縁結大神》---- 6
19 鞍が淵と蛇骨石 ---------- 6
20 千駄焚き・百八手 ---------- 6
21 奈良尾大姥坐像 ---------- 6
22 保野の祇園祭 ---------- 7
23 信濃国分寺跡 ---------- 7
24 信濃国分寺本堂 ---------- 7
25 信濃国分寺三重塔 ---------- 7
26 信濃国分寺石造多宝塔 ---------- 8
27 牛頭天王祭文 ---------- 8
28 上田市八日堂の蘇民将来符頒布習俗 -------- 8
29 八日堂縁日図 ---------- 8
30 泥宮 ---------- 8
31 生島足島神社本殿内殿 ---------- 9
32 生島足島神社摂社諏訪社本殿 ---------- 9
33 生島足島神社文書 ---------- 9
34 長福寺銅造菩薩立像 ---------- 9
35 別所線の鉄道施設 ---------- 9
36 塩田平のため池群 ----------10
塩田平のため池群の詳細 ---------- 10
夫婦池　瓢箪池　迎原下池　迎原上池
宮原上池　鳥居上池　浅間池　居守沢大池
中池　下之郷新池　清水池　久保池
北ノ入池　砂原池　水沢池　来光寺池
手洗池　平井寺池　倉保根池　上原池
小島大池　加古池　塩吹池　女池　男池
五加前池　共有池　上平池　中野前池
甲田池　上窪池　荒池　塩野池　沢山池
山田池　山田新池　舌喰池　不動池
竜王下池　上一池　幕宮池
参考資料　ため池一覧 ---------- 13
参考資料　塩田平のため池群　航空写真 --------- 14
2　日本遺産以外も含めた塩田平の文化財（４４件）
あ　雨を乞う 塩田の祈り ため池に ---------- 15
い　いたずらな　かっぱの伝説　甲田池 ------- 15
う　美しい　朱色に輝く　生島さん ---------- 15
え　江戸時代　いのししとびこむ　小島大池 --- 15
お　大きいな　トトロが出そう　大六のけやき -- 15
か　学問の　神様がいる　八木沢天満宮 ------- 15
き　聞こえるよ　悲惨を語る　無言館 ---------- 16
く　鞍が淵　小太郎伝説　蛇骨石 ---------- 16
け　県内で　一番大きい　舞田の石造五輪塔 --- 16
こ　国宝の　八角三重塔　安楽寺 ---------- 16
さ　産川に　しずめて雨乞い　赤地蔵 ---------- 16
し　常楽寺　観音様出現の　多宝塔 ---------- 16
す　垂直に　切り立つ鴻の巣　しま模様 ------- 16
せ　善光寺　北向観音　両詣り ---------- 16
そ　そびえ立つ　独鈷の向こう　こくぞう堂 --- 17
た　岳の幟　天下の奇祭　雨ごい行事 --------- 17
ち　貯水量　塩田で一番　沢山池 ---------- 17
つ　月明り　並ぶ礎石や　国分寺跡 ---------- 17
て　天から授かる縁結び　子宝のご利益　別所神社 --17
と　冬至と夏至　太陽通る　レイライン ------- 17
な　奈良尾では　大姥坐像で　雨ごいす ------- 17
に　仁王門　並木を抜けたら　西光寺 --------- 18
ぬ　主は泥　稲作支える　泥宮大神 ---------- 18
ね　猫山は　観音様と　桜の名所 ---------- 18
の　のぼり龍　くねくね走る　別所線 --------- 18
は　橋を渡らず　西行法師　戻り橋 ---------- 18
ひ　人柱　悲しい伝説　舌喰池 ---------- 18
ふ　降れよ雨　夜空をこがす　百八手 --------- 18
へ　別所のネ　五木の一つ　愛染カツラ ------- 19
ほ　保野ぎおん　豊作願い　ささら舞う ------- 19
ま　松茸は　塩田平の　秋の味 ---------- 19
み　未完の美　前山寺　三重塔 ---------- 19
む　むらびとの　苦しみ救った　犬飼情兵衛 --- 19
め　めずらしい　弘法山の　ちがい石 --------- 19
も　元木の地蔵と 末木の薬師 弘法大師の作という - 19
や　野鳥鳴く　かやぶき屋根の　中禅寺薬師堂 --- 20
ゆ　夢殿で　ほほえむお戻り観音　長福寺 ----- 20
よ　八日堂　蘇民将来符　厄除けに ---------- 20
ら　来光寺池　お寺の名前が　ため池に ------- 20
り　龍にまつわる物語　塩野神社の　御神木 --- 20
る　瑠璃色の　マダラヤンマ　飛び交う東山 --- 20
れ　連綿と　先人の思い受けつぐ　御柱 ------- 20
ろ　六百年の　ケヤキが見守る　龍光院 ------- 21
わ　我がふるさと　「塩田は信州の学海なり」 -- 21
参考資料　「信州上田・塩田平かるたマップ」 --- 22
参考資料　日本遺産・塩田平関係の主な歴史 ----- 23
文化財索引 ---------- 24

1　日本遺産のストーリー及び構成文化財

①　日本遺産認定ストーリー

●信州の学海（がっかい）

上田は、険しい山々に囲まれた盆地ゆえに、本州では一番雨の少ない地だ。

「おてんとうさま」が毎日のように微笑み、穏やかな気候という特徴は、信濃国分寺が置かれたこと、鎌倉北条氏の一派が終の棲家としてここを選んだ理由でもある。

塩田平には数多くの寺社が建てられ、中国の高僧や多くの学僧が訪れたのは、山を背に構える別所温泉があったことが大きい。

豊かな湯で心まで洗われる温泉の楽しみがあったからこそ、僧たちは、この地を訪れたのであろう。

別所温泉にある安楽寺を訪れてみると、薄暗い木立の中、見上げるように階段を登った先に、日本唯一の木造八角三重塔が目に飛び込んでくる。

微かな光の方向に仰ぎ見る屋根裏の華やかな木組みは、私たちを自ずと厳かな気持ちにさせてくれる。

しかも「四重塔」にも見える不思議な形だ。

また、北向観音堂は、善光寺と「両参り」すると御利益が増すという。境内の手水（ちょうず）までも温泉を使い、湯煙が立ち上る境内には温泉の匂いが漂う。

見晴台に立つと、塩田平から市街地までを見渡せ、我はこの地に降り立ったのだ、という気持ちにさせられる。

この地が僧たちにとって「特別な場所」であり、「別所」と名付けられたことも納得できる。湯煙が漂う地に花開いた仏教文化の遺産は、湯浴みの効能のみならず、訪れる人びとを癒している。

●神宿る「山」への祈り

上田の雨が少ない気候は、風雨が引き起こす災いからこの地の暮らしを守ってきた。しかし、それゆえに神は時として干害などの試練を課してきた。

人びとは水源となる山々に神を崇め、祈り、恵みの雨を願った。

500 年以上も続く雨乞いのまつりである「岳の幟（たけののぼり）」は、色鮮やかな幟が特徴的だ。

「下り龍」を描いた幟で、夫神岳山頂に祀られた「龗”オカミ”」と呼ばれる九頭龍神(くずりゅうしん)を山麓の別所神社までお連れする。

龍をかたどったたくさんの幟を迎えるのは、三頭獅子とささら踊りの子どもたち。カラフルな幟と衣装が鮮やかに映え、山間に歌声と太鼓の音が響くころには、本当に、龍からの雨に恵まれる。

山には、古より受け継がれてきた水への憧れと神への畏怖が投影される。

龍が宿るこの山は、山菜や松茸など、山の幸をはぐくみ、マツタケ小屋の隆盛につながっている。

●祈りの言葉は「アメ　フラセタンマイナ」

塩田平はため池を造って水を蓄え、ここで温めた水を田んぼに入れて稲の生長を促し、「塩田三万石」と呼ばれる上田随一の穀倉地帯へと変身した。

ため池でも「百八手」(ひゃくはって)や「千駄焚き」(せんだだき)と呼ぶ雨乞いのまつりが行われる。

池の周りを大勢で囲んで「たいまつ」に火をつけ、もくもくと上がる煙のなか「アメ　フラセタンマイナ」と唱える。

ため池は稲穂をはぐくむだけでなく、マダラヤンマなどの命もつないできた。

人柱やカッパなどの伝説は、ため池にも神を崇めていたことをうかがわせる。

雨を願う人びとは、時に荒療治として路傍のお地蔵様を川へ放り込んだ。ここでも祈りの言葉は「アメ　フラセタンマイナ」。

お地蔵様を怒らせてでも、龍（雨）との再会を願っていた。

独鈷山と夫神岳、そして麓の寺社は、常に塩田平の人びとの暮らしに寄り添ってきた。

そして、路傍のお地蔵様は、また川に投げ込まれないかと心配して、今日も雨雲を待ちながら空を見上げている。

これが「山に神、野に仏」とも言うべき、上田の人びとがつないできた「祈りのかたち」だ。

●未来への懸け橋

このように塩田平には、この地を特別な「聖地」とする景観が遺されている。国土・大地を祀る「生島足島神社」、「大日如来(だいにちにょらい)・太陽」が安置された「信濃国分寺」。

生島足島神社(いくしまたるしまじんじゃ)は、夏至(げし)には太陽が東の鳥居の真ん中から上がり、冬至(とうじ)には西の鳥居に沈む。太陽と大地は、この神秘的な光景をレイラインとして現代に遺した。

そして、この「太陽と大地の聖地」に重なるように遺したもうひとつの景観が、100 年前から守り続けてきた鉄道・別所線だ。

生島足島神社から、別所温泉までの軌道は、不思議なことにレイラインと一致する。そして、駅をつなぐ線路は、空からみると龍のかたちをしていると言われる。

塩田の人びとは龍を特別な神として崇め、祀り、龍とともに生きてきたことを、別所線の軌道に投影して大切に遺してきたのだ。

龍の背に乗ってめぐる「太陽と大地の聖地」は、これからも、まぶしいばかりの輝きとぬくもりをもって、訪れる人の心に光を与えてくれるだろう。

② 構成文化財（３６件）

文化財の名称	ストーリーの中の位置付け	写真
●信州の学海		
1 安楽寺八角三重塔 （国宝） ※16頁も参照	安楽寺八角三重塔は、中国から伝わった「禅宗様」(ぜんしゅうよう)で造られた、現存する日本唯一の木造八角三重塔で、長野県の「国宝第一号」。かつては「四重塔」とされたが、現在は一番下の屋根は裳階(もこし＝ひさし)と解釈されている。禅宗寺院であるにも関わらず一層内部に大日如来(だいにちにょらい)像が安置されている。 創建は1290年代とされ、八角形のどっしりとした落ち着きがある塔で、頂上には相輪(そうりん＝塔の屋根の上の金具。九輪等７つの部分からなる)が青天高くそびえている。 屋根の下の華やかな木組みも相まって、安定感と崇高美、華麗さを兼ね備えた、天下の名塔である。	
2 木造惟仙和尚坐像 木造恵仁和尚坐像 （国重要文化財） ※16頁も参照	安楽寺の創立は、平安時代、慈覚大師(じかくだいし)によるといい、宗派は天台あるいは律宗とも考えられている。その後、信濃出身の僧・樵谷惟仙(しょうこくいせん）が臨済寺院として中興開創した(現在は曹洞宗)。境内の伝芳堂に、惟仙と二世幼牛恵仁(ようぎゅうえにん）の等身大椅像(いぞう)の「頂相」(ちんぞう＝禅僧の肖像)が祀られている。没後、弟子たちがその徳を慕い造立したもので、安楽寺が鎌倉と同水準の禅宗文化を受容し、「信州の学海」として修行僧を多数輩出していたことがうかがえる。	
3 常楽寺本堂 （市指定文化財[建造物]） ※16頁も参照	常楽寺は天台宗別格本山。平安時代初めに慈覚大師が開創と伝え、樵谷惟仙をはじめ多くの青年僧が学んだ「信州の学海」を支えた寺として名高い。 本堂は寄棟(よせむね)造、茅葺(かやぶき)の建物で、江戸時代中期後半の建築。本尊は大日如来の五つの智慧を表す五智如来の一尊である妙観察智阿弥陀如来(みょうかんさっちあみだにょらい)である。	
4 常楽寺石造多宝塔 （国重要文化財） ※16頁も参照	石造多宝塔は弘長2年（1262）の作で、総高274.0cmの重厚で堂々とした風格や造り方は鎌倉期多宝塔の優品。塔が建てられている所は、北向観音の出現地といい、境内でもっとも神聖な場所とされる。 多宝塔は大日如来を具現化したものとされ、太陽信仰の一端をも垣間見ることができる。	
5 北向観音堂 ※16頁も参照	北向観音堂は、平安時代初期に慈覚大師円仁(えんにん)が開いた霊場。本尊は千手観音菩薩(せんじゅかんのんぼさつ)。北向きの本堂は全国でもほとんど例が無く、南向きの善光寺本堂と相対している。「来世往生」を願う善光寺と「両参り」し、ここで「現世利益」を祈ることで御利益があるとされる。	

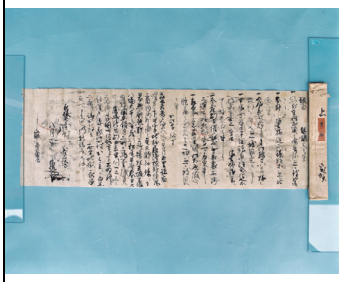
	かつて参道脇に長楽寺（常楽寺、安楽寺とともに天台宗の「別所三楽寺」のひとつ）があったが、現在は常楽寺を本坊とする。 昭和36年（1961）に、善光寺本堂と同じ「撞木(しゅもく)造り」の建物として増改築された。なお、手水舎には境内から湧出している温泉が使われている。	
6 善光寺地震絵馬 ※16頁も参照	善光寺地震絵馬は、「善光寺だけでは片参り」のいわれを伝える絵馬。北向観音で厄除札を受けた後、善光寺御開帳に向かった尾張の市之助が、門前宿で弘化4年（1847）の善光寺地震に遭遇した際に、北向観音で受けたお札が身代わりになってくれたおかげで、災難を逃れたという伝説を描いている。	
7 愛染(あいぜん)カツラ （市天然記念物） 《別所五木》（べっしょごぼく） ※19頁も参照	愛染カツラは、観音菩薩が姿を現した「影向(ようごう＝神仏が姿を現すこと)の桂」といわれる霊木で、目通り幹囲5.8mの太さがある。ハート形の葉が珍しく、故川口松太郎原作の映画『愛染かつら』のモデルとなり、今でも縁結びの霊木として老若男女に親しまれている。 別所温泉には他に、北向観音の夫婦杉〈夫婦円満〉、大湯薬師堂のねじり紅葉〈素直な心〉、常楽寺の御船の松〈極楽浄土に導く〉、安楽寺の高野槇〈希望〉の霊木があり、「別所五木」と呼ばれて親しまれている。	
8 舞田の石造五輪塔 （県宝） ※16頁も参照	五輪塔は、はじめ大日如来を尊ぶことから造られたといい、その後、身分が高い人の供養塔として用いられるようになった。舞田の石造五輪塔は、総高212cmの鎌倉時代の五輪塔の優品で、塩田平にたくさんある石造文化財の中でもひときわ目立つ雄大な塔だ。 地輪、水輪、火輪、風輪、空輪からなり、この塔は風・空輪が一石で造られている。水輪には、大日如来を意味する梵字「バン」が刻まれている。各部材の様式等からみて、鎌倉初期の建立と推定されている。 文治2年（1186）この地に金王庵を創建した渋谷土佐入道昌順の墓塔と伝えられている。	
●神宿る「山」への祈り		
9 前山寺三重塔 （国重要文化財） ※19頁も参照	前山寺は塩田城の祈願寺と伝えられ、本尊は大日如来。真言宗の「信濃の四談林(だんりん＝仏教の学問所)」のひとつであり、三楽寺とともに「信州の学海」としての役割を担った。 三重塔は室町時代の造立とされ、初層と二層に掲げられた額は大日如来ほか金剛界五仏を表す。二層・三層目の匂欄(こうらん＝手すり)などが未完成であるにも関わらず何の不調和感もなく、「未完成の完成塔」と呼ばれる。相輪の下、柿(こけら)葺きの屋根が重なり合った美しい曲線が四季の山色に映える。	

１０ ちがい石とその産地（市天然記念物） ※19頁も参照	「ちがい石」は、2つの中性長石がX形に交わって晶出した鉱物で、ここ弘法山でしか産出しない。「誓い石」とも呼ばれ、弘法大師空海が「大切に保持すれば災厄から免れさせる」ことを誓ったという伝説を秘める。	
１１ 西光寺阿弥陀(あみだ)堂 （県宝） ※18頁も参照	西光寺は、弘法大師空海が大日如来像と阿弥陀如来像を彫刻し、小堂を建てたのが開創と伝え、鎌倉時代に塩田北条氏が開基(＝寺の創建に当たり資金や資材を提供した人)となり、足利から実勝和尚を招いて開山(＝寺を開創した僧)とした。阿弥陀堂は室町後期の寄棟造の建物で、檜皮葺(ひわだぶき)のシルエットが美しい。	
１２ 中禅寺薬師堂 （国重要文化財） ※12～14は20頁も参照	中禅寺薬師堂は、約800年前に建立とされる中部日本最古の木造建築。宝形造(ほうぎょうづくり)の素朴な茅葺屋根と青空とのコントラストが美しい。薬師如来像を祀る薬師堂であるが、「方三間(ほうさんげん)の阿弥陀堂」形式の不思議な建物だ。	
１３ 中禅寺木造薬師如来坐像 （国重要文化財）	中禅寺木造薬師如来坐像は、平安時代後期（藤原期）の「定朝様」（じょうちょうよう)に進取の鎌倉様式を取り入れた、いわゆる「藤末鎌初」の仏像。像高は97.8cmで、その台座には流鏑馬(やぶさめ）を描いた墨書戯画が見られる。塩田平に鎌倉から流入した仏教文化の影響を示す作品である。	
１４ 中禅寺木造金剛力士像 （県宝）	中禅寺木造金剛力士像は、薬師堂仁王門にある平安時代末の信州最古の金剛力士像。寄木造(よせぎづくり)で像高207cmのやや小振りの像だ。制作時期は薬師如来坐像とほぼ同じとみられ、この像から、当時、中禅寺が進取の様式により伽藍(がらん＝寺の建物群)を整えていたことがうかがえよう。	
１５ 前山塩野神社拝殿及び本殿 （市指定文化財[建造物]） ※20頁も参照	塩野神社は、「延喜式」（えんぎしき＝10世紀に朝廷によって公布された法令の一種)等に載る古社で、独鈷山の北麓に鎮座し、かつては山上の鷲岩という巨岩に祀られていたという。 棟札から、拝殿は寛保3年（1743）のものとみられ、二階建ての「楼門(ろうもん)造り」という珍しい建物だ。また、本殿は寛延3年（1750）の建築と考えられ、「一間社流れ造り」の様式で、見事な龍の彫刻が目を引く。 神が降りる岩「磐座」(いわくら)と境内を流れる塩野川は、異空間に迷い込んだような錯覚を覚えさせる。	
１６ 法住寺虚空蔵堂附厨子 （国重要文化財） ※17頁も参照	法住寺は、平安時代の創建と伝えられる天台宗の古刹(こさつ＝歴史ある寺)。独鈷山を主峰とする虚空蔵信仰の山麓寺院（南麓）として捉えられる。堂全体は「和様」(わよう)で造られているが、懸魚(げぎょ＝屋根の三角部分に付けられる飾り板）などには「禅宗様」の要素も見られ、室町時代中頃の建物と考えられる。 中にある厨子(ずし)は、お堂と同じ頃に造られたと考えられ、方一間入母屋(いりもや)造という禅宗様式独特の方式で造られている。中には虚空蔵菩薩坐像（室町時代・寄木造・像高45.4cm）が安置されている。	

１７ 別所温泉の岳の幟(たけののぼり)行事 （国選択無形民俗文化財） ※17頁も参照	岳の幟は、永正元年（1504）に大干害に苦しんだ農民が、雨の神様に貴重な反物をささげて祈ったことが始まりとされ、嘉永2年（1849）「善光寺道名所図会」にも記される雨乞いのまつりで、本来は7月15日が祭日であるが、現在はそれに近い日曜日に行う。天に昇る龍を象った幟は、長さ約6mの青竹竿に赤・青・黄などの色鮮やかな布が取り付けられている。 夫神岳の頂上に祀られた「靂”オカミ”」九頭龍神(くずりゅうしん)の祠(ほこら)で住民代表が神事を行った後、降り龍の幟を先頭に70本もの幟が山を下る。麓で別所神社の総代や三頭獅子とささら踊りの一行と合流して温泉街を一巡する。 平成10年（1998）に開催された長野冬季オリンピックの閉会式会場でも披露された。	
１８ 別所神社本殿 （市指定文化財[建造物]） 《神楽殿・本朝縁結大神》 ※17頁も参照	別所神社は、別所温泉の北方、塩田を始め浅間連峰も望める小高い丘にある産土神(うぶすながみ＝その土地の守り神)。岳の幟行事の終着地である。建物は天明8年（1788）のものと思われ、安楽寺山門など塩田平の寺社建築に多くの優れた作品を残した上田房山の末野一族の手によるもの。 なお、境内の立派な神楽殿や、本殿の背に祀られる「本朝縁結大神」なども貴重な文化財だ。	
１９ 鞍が淵(くらがふち)と蛇骨石(じゃこついし) ※16頁も参照	鞍が淵の名は、独鈷山から落下した2つの大岩が折り重なって鞍のように見えることが由来だ。岩の間を流れる産川が造る淵には、かつて大蛇が住んでいたという。周辺で採取される灰沸石(かいふっせき)の「蛇骨石」は独鈷山の岩石に含まれる鉱物で、色と形がヘビの骨に似ていることからこの名がある。 大蛇を母とする大柄な男の子の物語である「小泉小太郎伝説」で、産川（鞍が淵）は小太郎が産み落とされた場所。この伝説は、大蛇は水の神であり、産川の源である独鈷山が水神として崇められていたことをうかがわせる。小泉小太郎伝説は、松谷みよ子の「龍の子太郎」のモデルとなった。	
●祈りの言葉は「アメ　フラセタンマイナ」		
２０ 千駄焚き(せんだだき)・百八手(ひゃくはって) ※18頁も参照	千駄焚きや百八手は、日照りのとき、山頂やため池の土手で松明を点したり、藁束などに火をつけ、「雨降らせタンマイナ」と唱える雨乞いの習俗である。祈りの方法は集落やため池ごとに若干の違いがある。	
２１ 奈良尾大姥(おおば)坐像　（市指定文化財[彫刻]） ※17頁も参照	奈良尾大姥坐像は、たいへんな日照りの際に富士嶽山で雨乞いをしたところ、たちまち雨が降ったので、御礼として寛正7年（1466）に造られたものという。その後、「祈りのかたち」は、この石像に願掛けをした千駄焚きや、石像を池の中に放り込むなどに変化した。	

	怖い顔に反して「大姥さま」と親しみを込めて呼ばれる像は、写実的で迫力を感じる見事な石像である。	
２２ 保野の祇園祭 （市指定無形民俗文化財） ※19頁も参照	保野は、中世には月６回の六斎市が立った塩田平の経済を支えた場所として知られる。保野塩野神社の祇園祭は、大凶作でまつりを休んだところ、疫病が大流行したため、その後は凶作でも休まずに続けてきた。 仮宮の市神に移られたお旅所(おたびしょ)の前と、翌日午後に本社に帰られた広庭で、早乙女の揃い姿で踊るささら子の踊りと、天狗と雄獅子2体･雌獅子1体による獅子踊りが舞われる。 凶作が行事の存続に関与した事例として注目されるまつりだ。	
●未来への懸け橋		
２３ 信濃国分寺跡 （国史跡） ※17頁も参照	天平13年（741）に全国で国分寺を建立する旨の詔が発せられた。これを受け信濃国の国分寺は上田に造られることとなり、770年頃には伽藍が整備されたと推定される。寺伝には、承平8年（938）の平将門と平貞盛の戦いの際に兵火で焼失したとある。 昭和38年（1963）から46年に行われた発掘調査では、全国的にも稀な僧寺と尼寺が並ぶ伽藍配置と瓦、什器などの遺物が検出されるとともに、10世紀頃の衰退の痕跡をも確認するなど、大きな成果を残した。この結果を元に史跡公園として整備された。 寺域の東北隅の高台に鎮座する国分神社が、レイラインの起点となる。	
２４ 信濃国分寺本堂 （県宝） ※24～29は20頁も参照	信濃国分寺は天台宗の寺院で、本尊は薬師如来。現在の信濃国分寺の境内は、天平の伽藍の北側の一段高い場所に、かつての僧寺と主軸線を合わせて整備されている。万延元年（1860）に竣工し、彫工は地元上沢村の竹内八十吉であり、龍や鳳凰(ほうおう)の彫刻が見事である。	
２５ 信濃国分寺三重塔 （国重要文化財）	信濃国分寺三重塔について、寺伝では、建久8年（1197）に源頼朝が善光寺参詣の帰途、寺の衰退を憂い、塔の復興を命じたという。 建築様式から室町時代に建立されたものと推定され、「和様」の外観は堂々と落ち着いた雰囲気を呈している。 第一層の大日如来が安置されている仏壇の鏡天井を囲む「如意頭文」(にょいとうもん)の彫刻は、「禅宗様」の建物で用いられるもの。 建てられた当時、一層の内部は赤や緑の顔料で鮮やかに塗られていた。	

２６ 信濃国分寺石造多宝塔 （市指定文化財[建造物]）	信濃国分寺石造多宝塔は、高さ152cmと常楽寺のものに比べるとやや小振りであるが、各部の様式・手法などから鎌倉期の多宝塔とされる。常楽寺のものがレイラインの終着点に置かれた塔だとすると、こちらは起点とされた塔なのかもしれない。 屋根や塔身にある窪みは、堅い石で叩いて粉にして飲むと病気が治るとか、お守りにすると良いという信仰の痕跡とみられる。	
２７ 牛頭天王祭文(ごずてんのうさいもん) （市指定文化財[古文書]）	牛頭天王祭文は、「蘇民将来符」(そみんしょうらいふ)のいわれが記されている。この「祭文」の写しは全国で4通確認されているが、文明12年（1480）に書写された国分寺のものが最古と判明した。 牛頭天王は薬師如来が姿を現したものとされ、厄病除けの神として信仰され、やがて息災延命、七難即滅などの諸々の御利益が付け加わりながら信仰されてきた。	
２８ 上田市八日堂の蘇民将来符頒布習俗(はんぷしゅうぞく) （国選択無形民俗文化財）	「蘇民将来符」は、信濃国分寺八日堂縁日（毎年1月8日）で頒布される厄除けのお守りで、家の戸口に掛けたり、神棚に供えられる。泥柳（ドロヤナギ）の木を手彫りした六角錐形の護符だ。 室町時代から制作されてきたとされる。 門前に家を構える人たちで作る「蘇民講」が、まず、師走の朔日（さくじつ＝月の初日）に寺に集まり、木材から護符を切り出す「蘇民切り」を行う。 寺で頒布される護符には、住職が大福・長者・蘇民・将来・子孫・人也の文字と魔除けの紋様を、墨と朱で六面に交互に描く。また、蘇民講は、文字とともに、家それぞれオリジナルの七福神の絵姿を描いた護符を作る。 蘇民将来信仰は全国に見られるが、木製の護符を分けるところは少なく、蘇民講と寺の制作・頒布過程が他に見られない行事である。	
２９ 八日堂縁日図 （市指定有形民俗文化財）	八日堂縁日図は、描かれている信濃国分寺本堂の形状等から、江戸時代中期前半に描かれたと推定され、写実的で、当時の参詣風景等が分かる史料として貴重である。 この図からは「蘇民将来符」が頒布される姿や、農業に必要な種子や農具、生活必需品、浮世絵等の嗜好品が商われている様子がうかがえ、当時の人々の暮らしと祈りの一端が垣間見える。	
３０ 泥宮 ※18頁も参照	泥宮は、大地(泥)を御神体とし、神が下之郷(生島足島神社)に遷座された際に遺霊をここに残したという。 「泥宮」という呼称は寛政2年（1790）以降とされ、それまでは「諏訪大明神」であった。 かつては生島足島神社の西鳥居とまっすぐな道で繋がっていたといい、御神体を同じくするこの二つの神社は、深い関係があることを示す。 この神社は、レイラインを構成する聖地のひとつとして親しまれている。	

３１ 生島足島神社(いくしまたるしまじんじゃ)本殿内殿 （県宝） ※31～33は15頁も参照	生島足島神社は、平安初期にまとめられた「延喜式」に載る古社で、生島大神と足島大神を祭神とする。御神体は「大地」で、日本の真ん中に鎮座する神だ。 寛政11年（1799）に生島足島神社と社名を改めており、中世以降には「下之郷大明神」「諏訪法性大明神」などと呼ばれ、武田信玄や真田氏、歴代上田藩主の手厚い加護を受けた。 生島大神と足島大神を祀る神社は全国的にも珍しく、近畿地方を中心に数社しかなく、東日本では皇居内の宮中三殿(きゅうちゅうさんでん)とここのみである。 太陽が、夏至には東の鳥居の真ん中から上がり、冬至には西の鳥居の真ん中に沈むよう、鳥居が太陽の至点と一致するように配置されており、まさに「太陽」と「大地」を結ぶ神社だ。 境内には夫婦欅と呼ばれる樹齢800年を超えると推定される大木があり、良縁子宝等が祈願される。	
３２ 生島足島神社摂社諏訪社本殿 （県宝）	生島足島神社摂社諏訪社本殿は、棟札から、慶長15年（1610）に藩主・真田信之(信幸)が建てたことが判明している。諏訪神を祭神とし、雨神や農耕神ともされ、神格が龍や蛇、神使は蛇とされる。ここでは蛙が禁忌の動物であり、本殿との間にある神池では毎年正月の1月15日に蛙狩神事(かわずがりしんじ)が行われる。境内には大蛇が住んでいて、神池には蛙はいないとされる。なお、神池は日によって色が違って見えるという。	
３３ 生島足島神社文書 （国重要文化財）	生島足島神社文書は、武田信玄武将の起請文(83通)に、信玄願文(がんもん)や真田信幸寄進状など11通の合計94通からなる古文書群。信玄が配下の武将に謀叛しないことを誓わせた起請文や、上杉謙信との戦いにあたって勝利を祈願した願文からは、信濃攻略を果たした信玄が、上杉との本格決戦に向けて神の加護を得ようとした心中を察することができる。	
３４ 長福寺銅造菩薩立像（国重要文化財） ※20頁も参照	長福寺銅造菩薩立像は、長福寺「信州夢殿」の本尊。アルカイックスマイルを特徴とする、像高36.7cmの小金銅仏で、７世紀後半の白鳳時代の作品と考えられる。 もとは上高井郡小布施町の旧家に伝わるものだったが、昭和13年（1938）に長福寺に移された。	
３５ 別所線の鉄道施設 ※18頁も参照	大正から昭和にかけて開業した蚕都上田を支えた５つの私鉄線のうち、唯一現役なのが別所線。 上田から別所温泉に至る路線は大正10年（1921）に開通した。 電車が上田駅を発つと間もなく真っ赤な鉄橋を通って千曲川を渡る。この千曲川橋梁は、大正13年（1924）の建設で、橋長は224m。また、中塩田駅や別所温泉駅など、駅舎に近代の趣きを残す建物が多いことも特徴である。 別所線の上田駅から別所温泉駅まで11.6kmの軌道は、下之郷駅から大きく西に曲がり、終点の別所温	

	泉駅までの軌道は、まるでレイラインに沿って夫神岳に向かっているように見える。	
３６ 塩田平のため池群 「日本のため池百選」に選定 ※15頁も参照	雨の少ない塩田平で、稲作において欠かすことのできないのが各地に点在するため池である。古代から築造は進められてきたと考えられるが、仙石氏統治時代(1622年～1706年)に最も築造が行われ、最盛期は300以上もあったとされており、上田随一の穀倉地帯を支えた。 小規模なため池を含めた現在の総数は明らかではないが、塩田地域で名称や貯水量等が把握されているものは41を数え、これらが「塩田平のため池群」として、平成22年(2010)に「日本のため池百選」に選定された。 築造に伴う人柱(ひとばしら)や河童(かっぱ)などの伝説が残る池もあり、雨乞い行事「百八手」が行われるなど、人びとの努力と信仰が現れる場所である。	

塩田平のため池群の詳細　※塩田平土地改良区のデータベースに登録されている４１池

（注）ため池の形態　「谷池」山間部や丘陵地の谷をせき止めて造られた池

「皿池」平地の湿地やくぼ地の周囲に堤を築いて造られた池

ため池名	概　　要
夫婦池(めおといけ)	慶長16年(1611)築造。皿池。下之郷地区へ灌漑(かんがい＝農地への水の供給)を行う。
瓢箪池(ひょうたんいけ)	宝永6年(1709)築造。皿池。下之郷地区へ灌漑を行う。灌漑用水としての役割のほか、マダラヤンマ(市指定天然記念物)等の貴重な動植物が生息し、市民がくつろぐ広場としての役割も担う。
迎原下池(むかえはらしもいけ)	正徳元年(1711)築造。皿池。下之郷地区へ灌漑を行う。
迎原上池(むかえはらかみいけ)	元禄3年(1690)築造。皿池。下之郷地区へ灌漑を行う。
宮原上池(みやはらかみいけ)	正徳元年(1711)築造。皿池。下之郷地区へ灌漑を行う。
鳥居上池(とりいかみいけ)	寛永7年(1630)築造。皿池。下之郷地区へ灌漑を行う。生島足島神社の鳥居が付近にあったことから名づけられたと考えられる。
浅間池(あさまいけ)	正徳元年(1771)築造(当時の名称は大吹池)。谷池。下之郷地区へ灌漑を行う。巨人「デラボッチ」の伝承が伝わる。
居守沢大池(いもりざわおおいけ)	寛永7年(1630)築造。皿池。富士山地区へ灌漑を行う。
中池(なかいけ)	寛永2年(1625)築造。皿池。下之郷地区へ灌漑を行う。
下之郷新池(しものごうしんいけ)	寛永18年(1641)築造。皿池。下之郷地区へ灌漑を行う。
清水池(しみずいけ)	元禄2年(1684)の史料で名が確認でき、それ以前からあったとされる。皿池。古安曽地区等へ灌漑を行う。かつてはスケートリンクや鯉の養殖池として利用された。
久保池(くぼいけ)	天正4年(1576)築造。皿池。富士山地区へ灌漑を行う。41のため池の中では最古とされる。かつてはスケートリンクや鯉の養殖池として利用された。

北ノ入池(きたのいりいけ)	寛文3年(1663)築造。皿池。富士山地区へ灌漑を行う。沢山池に次ぐ規模で、東塩田地区への灌漑を行う。コウノトリが飛来したこともあるなど、貴重な動植物が生息する。かつては鯉の養殖が行われた。また、干ばつ時には千駄焚きが行われた。
砂原池(すなはらいけ)	正徳4年(1714)築造。谷池。富士山地区への灌漑を行う。マダラヤンマ(市指定天然記念物)等の貴重な動植物が生息している。かつては干ばつ時に千駄焚きが行われた。
水沢池(みずさわいけ)	正保4年(1647)築造(当時の名称は唐沢池)。谷池。富士山地区への灌漑を行う。「唐」が「空」に通じ、縁起が悪いことから水沢池に変更されたという伝承が伝わる。住民が水不足に対して非常に恐れていたことを表す伝承である。かつては干ばつ時に千駄焚きが行われた。
来光寺池(らいこうじいけ)	元和8年(1622)築造。皿池。古安曽地区等へ灌漑を行う。干ばつ時に石造の「大姥様(おおばさま)」を池に沈め、怒らせて降雨を願った伝承が伝わる。現在でも、この大姥様は鈴子薬師堂横に祀られており、地域で大切に守られている。また、池では百八手も行われていた。　※20頁も参照
手洗池(てあらいいけ)	承応3年(1654)築造。谷池。古安曽地区等へ灌漑を行う。池の名は弘法大師空海や木曽義仲の家臣手塚太郎金刺光盛(てづかたろうかなさしみつもり)が池で手を清めたことに由来するとの伝承が伝わる。築造時には上田藩内から人が集められたと伝わる。
平井寺池(ひらいじいけ)	昭和24年(1949)築造。谷池。古安曽地区への灌漑を行う。塩田平では最も新しいため池で、現代まで塩田平の住民が水の確保のため、ため池の築造を行っていたことを表している。
倉保根池(くらほねいけ)	正保2年(1645)築造。皿池。本郷地区等への灌漑を行う。かつては鯉の養殖が盛んに行われた。
上原池(うわはらいけ)	寛永14年(1637)増築の記録があり、それ以前からあったとされる。皿池。本郷地区等への灌漑を行う。村上義清に関わる伝承が伝わる。
小島大池(こじまおおいけ)	元和4年(1618)築造。皿池。小島地区へ灌漑を行う。徳川綱吉将軍時代にイノシシが溺死したという「小島大池のイノシシ騒動」が伝わる。　※15頁も参照
加古池(かこいけ)	元禄17年(1704)築造。皿池。保野地区等への灌漑を行う。毎年蓮が咲くためかつては蓮根が地域の貴重な食料とされていた。現在でもお盆の「花市」用に購入する業者が数軒ある。
塩吹池(しおふきいけ)	元禄15年(1702)改修の記録があり、それ以前からあったとされる。谷池。保野地区等への灌漑を行う。かつては保野塩野神社の手洗い池として利用された。晴天が2～3日続くと地面に塩が吹き出したことにより名付けられた。かつては干ばつ時に百八手が行われた。
女池(おんないけ)	慶安3年(1650)築造。皿池。男池と隣接しており、一部堤を共有している。産川より取水し、五加地区等へ灌漑を行う。
男池(おとこいけ)	正保元年(1644)築造。皿池。女池と隣接しており、男池の方が一回り大きく、一部堤を共有している。産川より取水し五加地区等へ灌漑を行う。
五加前池(ごかまえいけ)	元和8年(1622)の史料で名が確認でき、それ以前からあったとされる。皿池。五加地区へ灌漑を行う。かつては鯉の養殖が行われた。

共有池(ともいけ)	元和8年(1622)築造。皿池。舞田地区等へ灌漑を行う。その形から「ハート池」とも呼ばれる。貴重な動植物が生息し、かつては鯉の養殖が行われた。 明治時代、舞田と保野が共同で池の管理をすることになったことから、「共有池」と名付けられた。
上平池(うわだいらいけ)	元和8年(1622)築造。谷池。舞田地区へ灌漑を行う。かつては鯉の養殖が行われた。
中野前池(なかのまえいけ)	寛永7年(1630)築造。皿池。中野地区等へ灌漑を行う。かつては干ばつ時に百八手が行われた。
甲田池(こうだいけ)	元和7年(1621)築造。皿池。上本郷地区等へ灌漑を行う。かつては干ばつ時に百八手が行われた。カッパ伝説も伝わる。　※15頁も参照
上窪池(かみくぼいけ)	正保2年(1645)改修の記録があり、それ以前からあったとされる。皿池。上本郷地区等への灌漑を行う。改修前は泥池と呼ばれ、池の西側には泥宮が鎮座する。昭和30年代から50年代頃にかけて塩田地域の多くのため池で行われた鯉の養殖発祥の地である。干ばつ時には百八手も行われた。
荒池(あらいけ)	元禄2年(1684)の史料で名が確認でき、それ以前からあったとされる。皿池。十人地区等へ灌漑を行う。かつては鯉の養殖が行われていた。
塩野池(しおのいけ)	宝永元年(1704)築造。谷池。前山地区へ灌漑を行う。前山塩野神社の境内を流れる塩野川を水源としている。築造時には前山三頭獅子舞が奉納された。かつては干ばつ時に百八手が行われた。
沢山池(さやまいけ)	昭和13年(1938)築造で、塩田平最大のため池。谷池。産川を水源とし、鞍が淵のすぐ上流に位置する。産川流域の農業用水確保のほか、水害対策としても大きな役割を負っている。　※17頁も参照
山田池(やまだいけ)	慶長20年(1615)築造。谷池。山田地区と八木沢地区へ灌漑を行う。江戸時代の修築時に上田藩主へ設計図を提出したところ、「大きな池にすると堤の決壊時に上田城やまちに甚大な被害が及ぶため1尺堤を低くするように」との指示があったとの伝承が伝わる。別所温泉から流れる湯川を水源とする。かつてはスケート場や鯉の養殖池として利用された。
山田新池(やまだしんいけ)	寛延3年(1750)築造。谷池。山田地区等へ灌漑を行う。
舌喰池(したくいいけ)	元和8年(1622)改修の記録があり、それ以前からあったとされる。谷池。手塚地区へ灌漑を行う。池の築造時に人柱となった娘が舌をかみ身を投げた伝承が伝わり、池の名ともなっている。かつては鯉の養殖が行われていた。　※18頁も参照
不動池(ふどういけ)	文政12年(1829)築造。谷池。「戌の満水」(いぬのまんすい＝1742年の千曲川の大洪水)時に埋没した不動明王の仏像が築造時に掘り出されたことからその名がついたと伝わる。手塚地区へ灌漑を行う。かつては鯉の養殖が行われていた。
竜王下池(りゅうおうしたいけ)	宝永6年(1709)築造。谷池。水をつかさどる女神である「弥都波能売神(みつはのめのかみ)」を祀る竜王社が脇に建つ竜王湧水を水源としていることからその名がついたと考えられる。手塚地区へ灌漑を行う。
上一池(かみいちいけ)	宝永6年(1709)築造。谷池。竜王湧水を水源とする。
幕宮池(まくみやいけ)	正徳5年(1715)築造。谷池。別所温泉地区等へ灌漑を行う。現在は水辺公園として整備され、市民・観光客の憩いの場として利用されている。

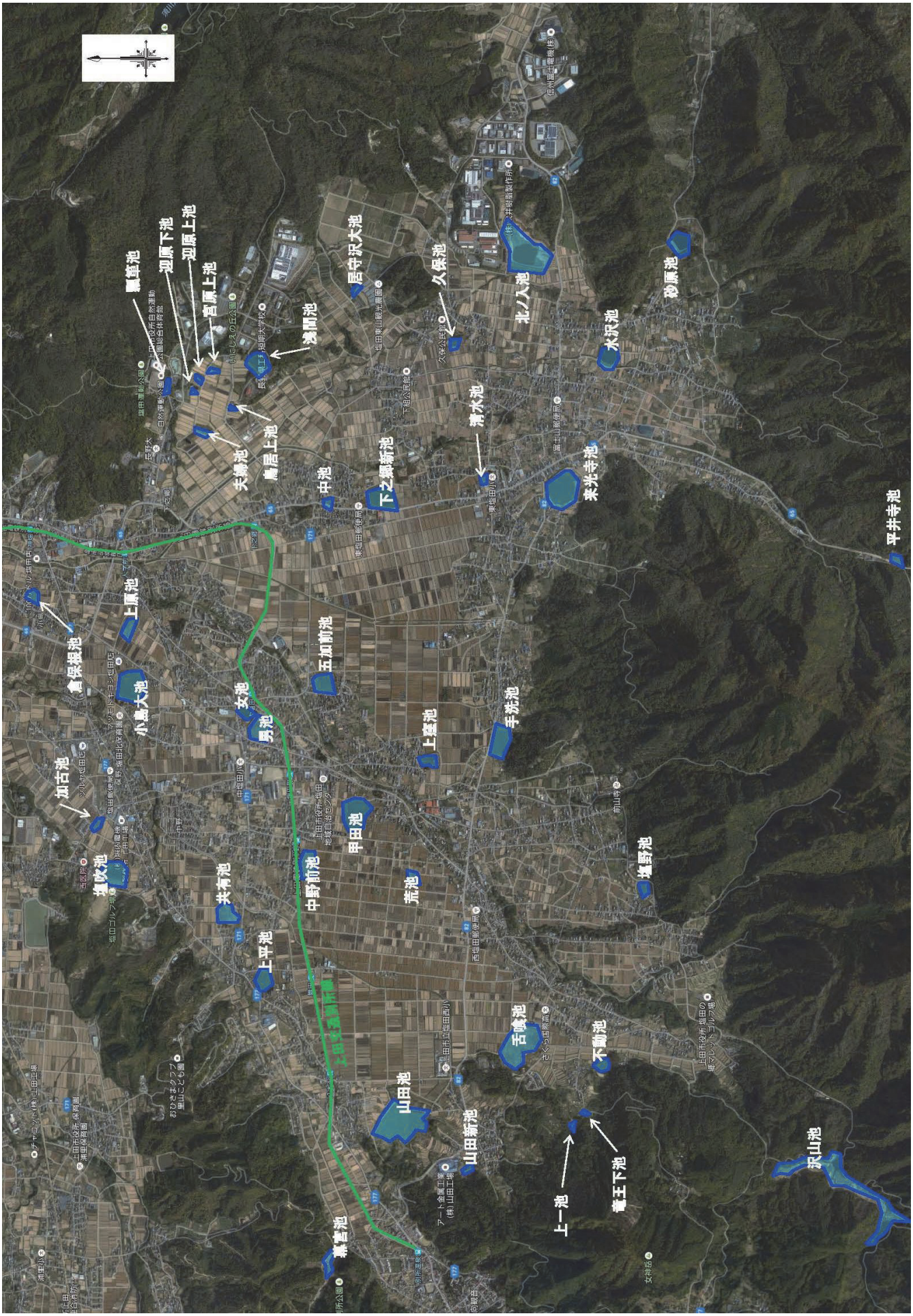
参考資料　　ため池一覧（塩田平土地改良区のデータベース登録ため池）

池　名		規模（ため池データベース 2018 年 4 月 1 日現在）					築造年
		総貯水量 ㎥	満水面積 ㎡	堤　高 m	堤　長 m	灌漑面積 ha	
01	夫婦池	5,000	6,000	3	145	5	1611
02	瓢箪池	2,000	2,000	3	105	2	1709
03	迎原下池	560	1,000	2	58	2	1711
04	迎原上池	980	1,000	3	33	2	1690
05	宮原上池	980	1,000	3	72	2	1711
06	鳥居上池	900	1,000	3	75	2	1630
07	浅間池	41,000	6,000	9	202	25	1771
08	居守沢大池	3,000	4,000	3	113	3	1630
09	中池	6,000	5,000	3	91	5	1625
10	下之郷新池	74,000	36,000	7	431	32	1641
11	清水池	6,000	5,000	4	132	5	不明
12	久保池	5,000	5,000	3	80	5	1576
13	北ノ入池	266,000	78,000	9	363	92	1663
14	砂原池	44,000	10,000	9	151	6	1714
15	水沢池	32,000	13,000	5	285	18	1647
16	来光寺池	231,000	50,000	9	440	70	1622
17	手洗池	91,000	30,000	7	384	27	1654
18	平井寺池	5,000	14,000	9	78	5	1949
19	倉保根池	7,000	8,000	3	144	7	1645
20	上原池	46,000	14,000	6	464	25	1637
21	小島大池	102,000	39,000	6	577	45	1618
22	加古池	6,000	6,000	2	125	8	1704
23	塩吹池	115,000	35,000	8	474	48	1702
24	女池	18,000	9,000	3	202	10	1650
25	男池	50,000	21,000	5	565	20	1644
26	五加前池	45,000	18,000	5	512	15	1622
27	共有池	28,000	18,000	4	62	10	1622
28	上平池	25,000	14,000	4	277	20	1622
29	中野前池	40,000	18,000	5	555	24	1630
30	甲田池	94,000	30,000	6	665	28	1621
31	上窪池	25,000	12,000	4	312	12	1645
32	荒池	19,000	8,000	4	380	27	不明
33	塩野池	34,000	10,000	9	156	11	1704
34	沢山池	1,082,000	110,000	27	65	412	1938
35	山田池	262,000	72,000	11	263	44	1615
36	山田新池	12,000	5,000	7	121	5	1750
37	舌喰池	138,000	61,000	7	485	50	1622
38	不動池	14,000	6,000	8	122	5	1829
39	竜王下池	3,000	1,000	5	58	5	1709
40	上一池	1,000	-	3	56	7	1709
41	幕宮池	60,000	13,000	11	96	20	1715

（注）規模は、塩田平土地改良区「ため池データベース」による。
　　築造年は、データベース及び上田市誌による。

参考資料

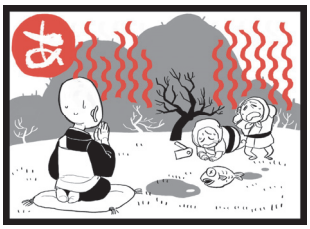
塩田平のため池群



2　日本遺産以外も含めた塩田平の文化財

※「信州上田・塩田平かるた」の題材になった文化財で（４４件）、読み句順に記載しています。
読み句冒頭の朱色の文字は、日本遺産の構成文化財を示しています。

あ　雨を乞う　塩田の祈り　ため池に　　※10 頁も参照



塩田平は昔から雨が少なく（上田市の年平均降水量は９００ｍｍ前後で全国平均の半分程度）、川の水も乏しいため、ため池を造って稲作を支えた。江戸時代には大小３００か所を超える池があったとされる。干ばつ時にはそれでも水が足りず「百八手」などの雨乞いをした。塩田平土地改良区の現在の登録ため池は４１か所。

い　いたずらな　かっぱの伝説　甲田池　　※12 頁も参照

甲田池は、上本郷のため池（所在地は十人）で、貯水量９．４万トン、かんがい面積２８ha の大きな池。馬を池に引き込もうとしてお百姓に捕まった河童が助けてもらい、お礼に祝儀の時に御膳を出してくれたという民話がある。

う　美しい　朱色に輝く　生島さん　　※9 頁も参照

生島足島神社は、平安時代初期の朝廷の法令である「延喜式」に載る古社で、生島大神・足島大神を祀る。池の中の島に本殿がありご神体は「土」。真田信之(信幸)公寄進の摂社諏訪社があり、武田信玄の願文など重要文化財も多い。夏至の太陽が東の鳥居から昇り、冬至の夕日が西の鳥居に沈む。

え　江戸時代　いのししとびこむ　小島大池　　※11 頁も参照

小島大池は、貯水量１０万２千トン、かんがい面積４５ha の大きなため池。１６８９年（元禄２）７月、水田で暴れていたたくさんのイノシシを脅すため空砲を打つと、あわてたイノシシが池に駆け込み５匹が死んだ。生類憐みの令(しょうるいあわれみのれい)により動物を殺すと重い罪になるが、上田藩の役人が殺していないと判断し罪に問われなかった。

お　大きいな　トトロが出そう　大六のけやき

大六のけやきは、石神にあるケヤキ。樹齢約８００年。樹高３０ｍ、幹回り１１．７ｍで、ケヤキでは長野県最大。根元に「大六天像」を祀ったのでその名が付いた。

か　学問の　神様がいる　八木沢天満宮

八木沢天満宮は、平安時代中期に恵心僧都(えしんそうず)（源信）により京都の北野天満宮から菅公(かんこう＝菅原道真)の霊を合祀したと伝わる。祭神は菅原道真。合格祈願で訪れる人も多い。入口近くに木曽義仲の供養塔がある。

き　聞こえるよ　悲惨を語る　無言館

無言館は、柳沢にある美術館。塩田平を見渡せる小高い丘の上にある。１９９７年（平成９年）窪島誠一郎氏により開館。日中戦争・太平洋戦争で亡くなった画学生の作品を全国から収集し展示している。

く　鞍が淵　小太郎伝説　蛇骨石　　※6 頁も参照

鞍が淵は、手塚にある産川上流の淵。大岩の下部が馬の鞍のような形をしている。大蛇が産んだ小泉小太郎の伝説で、小太郎の生誕の地という。お産後に亡くなった大蛇の骨が石になったという蛇骨石（白い沸石）が産川に散らばる。

け　県内で　一番大きい　舞田の石造五輪塔　　※4 頁も参照

舞田石造五輪塔は、県宝に指定の五輪塔。高さ２１２ｃｍで県内最大級、建立は鎌倉時代と考えられている。近くの法樹院の寺伝では、鎌倉時代初期に金王庵を創建した渋谷土佐入道昌順の供養塔。

こ　国宝の　八角三重塔　安楽寺　　※3 頁も参照

安楽寺は、別所温泉にある曹洞宗の寺で本尊は釈迦如来。鎌倉時代に開創された信州最古の禅寺。日本で唯一の八角形をした国宝の三重塔がある。伝芳堂内に国の重要文化財である開山樵谷惟仙(しょうこくいせん)像と二世幼牛恵仁(ようぎゅうえにん)像を安置。

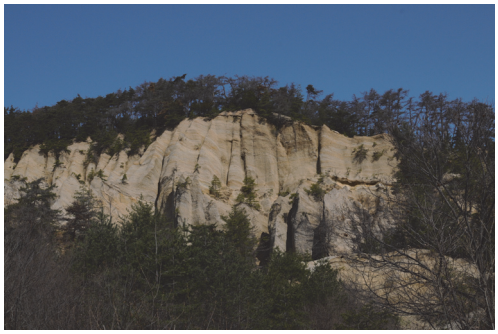
さ　産川に　しずめて雨乞い　赤地蔵

赤地蔵は、野倉中心部の四辻に祀られている赤い色をした地蔵像。雨が降らないと地蔵像を産川まで運んで川に投げ込んで祈るという雨乞い行事が行われた。

し　常楽寺　観音様出現の　多宝塔　　※3 頁も参照

常楽寺は、別所温泉にある天台宗の寺。本尊は妙観察智阿弥陀如来。８２５年（天長２年）、山のふもとから現れた千手観音を祀るため慈覚大師円仁が建立したという北向観音の本坊。常楽寺本堂の裏手、観音が出現したところに建立されたのが石造多宝塔。高さ２７４ｃｍで国の重要文化財。

す　垂直に　切り立つ鴻の巣　しま模様



鴻の巣(こうのす)は、下組にある幅約１９０ｍ、高さ５０ｍの崖。１４００万年前に海底が隆起して、砂岩や礫岩（れきがん）の地層が露出している。遠くから眺めると、岩肌に鉄分がしみこんでできた茶色のしま模様が見える。

せ　善光寺　北向観音　両詣り　　※3 頁も参照

北向観音は別所温泉にある寺で、常楽寺が本坊。今は常楽寺石造多宝塔がある所から出現した千手観音を祀るため、８２５年（天長２年）に慈覚大師円仁が建立と伝わる。来世往生を願う長野市の善光寺と現世利益を願う北向観音の両方をお詣りする信仰が広く伝わる。善光寺地震の絵馬が奉納されている。

そ　そびえ立つ　独鈷の向こう　こくぞう堂　　※5 頁も参照

独鈷山の南麓、旧丸子町東内にある法住寺は平安時代に慈覚大師円仁が開いたと言われる天台宗の寺。国の重要文化財である虚空蔵堂には厨子が設置され、中に虚空蔵菩薩が安置されている。

た　岳の幟　天下の奇祭　雨ごい行事　　※6 頁も参照

岳の幟は、別所温泉の雨乞い行事。朝早く夫神岳の九頭龍権現に、龍に似せたたくさんの幟を笹のついた竹に付けて奉納し、その後別所神社まで練り歩く。ふもとで三頭獅子とささら踊りと合流する。５００年以上続く伝統行事。国の選択無形民俗文化財で、１９９８年の長野冬季五輪閉会式で披露された。

ち　貯水量　塩田で一番　沢山池　　※12 頁も参照

沢山池は、１９２４年（大正１３年）の大干ばつを受けて、１９３８年（昭和１３年）に完成した産川上流にあるため池。貯水量１０８万トン、かんがい面積４１２ｈａと塩田平で最も大きな池。各池に水を供給する「ため池のため池」である。

つ　月明り　並ぶ礎石や　国分寺跡　　※7 頁も参照

信濃国分寺は、今から１３００年近く前の７４１年（天平１３年）に、全国に国分寺を建てる詔が朝廷から出され、信濃の国では上田の地に建立された。昭和期の発掘調査により、今の信濃国分寺駅近くで３８の礎石が見つかり建立場所が確認された。国指定の史跡。

て　天から授かる縁結び　子宝のご利益　別所神社　　※6 頁も参照

別所神社は、別所温泉にある神社。江戸時代の１７８８年（天明８年）創建。境内にある神楽殿や本殿に祀られる本朝縁結大神も貴重な文化財。縁結び・子宝にご利益あり。夫神岳を下り別所温泉内を練り歩いた岳の幟がここで最後の奉納を行う。

と　冬至と夏至　太陽通る　レイライン

塩田を代表するレイラインは、烏帽子岳・信濃国分寺・生島足島神社・泥宮・女神岳を結ぶ。お寺やお宮などが直線状に並び、かつ、夏至(げし)の朝日と冬至(とうじ)の夕日がその線に重なる。

な　奈良尾では　大姥坐像で　雨ごいす　　※6 頁も参照

奈良尾の大姥坐像は、富士嶽神社西側にある高さ３８ｃｍの石造。老婆が座った姿で、目と口を大きく開け、両手を膝に置き、泣いているような笑っているような不思議な表情をしている。干ばつのとき、像を川に投げ入れ雨が降ることを祈った。

に　仁王門　並木を抜けたら　西光寺　　※5 頁も参照

西光寺は、中組にある真言宗の寺。塩田北条氏が開基となり鎌倉時代の１２９１年創建。阿弥陀堂は県宝で、１６世紀前半の建築とみられる。南にある仁王門の２体の金剛力士像は１３世紀造立で、須坂市米子の不動寺から１８世紀半ばに遷されたと伝わる。

ぬ　主は泥　稲作支える　泥宮大神　　※8 頁も参照

泥宮は、塩田でも古くから稲作が行われた上本郷の神社で、レイライン上にある。ご神体は稲作を支える「泥」。生島足島神社の西鳥居から真っすぐな道でつながっていたといい、この神が下之郷(生島足島神社)に遷られるとき遺霊をここに残したと伝わる。

ね　猫山は　観音様と　桜の名所

下組にある小高い猫山公園の中、１３０段の石段を登った先にあるのが猫山観音堂。江戸時代中期の作といわれる観音像や不動明王などを祀る。１６９８年（元禄１１年）の創建。石段の下から観音堂まで桜の並木が続き、春には桜が咲き乱れる。

の　のぼり龍　くねくね走る　別所線　　※9 頁も参照

別所線は、上田駅から別所温泉駅まで約１２ｋｍ、１５の駅がある電鉄線。１９２１年（大正１０年）開業。上空から見ると線路が「龍」のように見える。曲がりの多い単線の線路を２両編成の電車がゆっくり走る。

は　橋を渡らず　西行法師　戻り橋

平安時代末期から鎌倉時代にかけての僧で歌人の西行は、北向観音にお参りするため山田峠に差し掛かると子どもたちが遊んでいて、法師がからかったら逆にやり返された。湯川の橋を渡ろうと思ったが、引き返してみたら子どもの姿はなく、天狗の仕業と思った法師は別所に行くためのこの橋を渡らなかった。

ひ　人柱　悲しい伝説　舌喰池　　※12 頁も参照

舌喰池は手塚にあるため池。貯水量１３万８千トンの大きな池で、昔は「大池」と呼ばれていた。土手の工事で水漏れが止まらず、生きた人間を生き埋めにする「人柱」(ひとばしら)にと、くじ引きで選ばれたのが若い娘。人柱になる前夜に舌を噛み池に身を投げた。それを受け、地元の人は「舌喰池」と呼ぶようになった。

ふ　降れよ雨　夜空をこがす　百八手　　※6 頁も参照

降水量や川の水量が少ない塩田平では、干ばつのとき、ため池の堤の上でたくさんの松明を一斉に燃やし「アメフーラセタンマイナー」とみんなで言いながら雨乞いをする「百八手」や、大量のワラやカヤを燃やす「千駄焚き」を行った。

へ　別所のネ　五木の一つ　愛染かつら　　※4 頁も参照

愛染かつらは、北向観音境内にある桂の木。今の常楽寺裏に出現した千手観音が、桂の木の上で「この地に安置し、北向きのお堂にするよう」告げたとされる。この木などが題材の小説・映画がヒットし、その題名から「愛染かつら」と呼ばれるようになった。他の別所五木は、北向観音の夫婦杉、常楽寺の御船の松、安楽寺の高野槙、大湯薬師堂のねじり紅葉。

ほ　保野ぎおん　豊作願い　ささら舞う　　※7 頁も参照

保野祇園祭は、毎年７月に行われる祇園祭。塩野神社から保野の市神に「牛頭天王」（ごずてんのう）が遷座し、次の日に塩野神社に帰る。天狗と三頭獅子の舞や子どもたちのささら舞が奉納される。１６世紀後半から始まったとされ、上田市無形民俗文化財。

ま　松茸は　塩田平の　秋の味

キノコの王様と言われる松茸。生産量が全国一の長野県でも有数の生産地が塩田。秋になると、東塩田や別所温泉を中心に多くの松茸小屋がオープンする。東塩田小学校では、毎年、地元の方々が提供してくれる松茸を給食で食べられる。

み　未完の美　前山寺　三重塔　　※4 頁も参照

前山寺は、東前山の真言宗の寺。三重塔は国の重要文化財。室町時代の建立とされる。二階・三階に回廊（かいろう＝廊下）や勾欄（こうらん＝手すり）などがなく未完成ではあるが、その方がすっきりしていてよいということで「未完成の完成塔」と呼ばれる。

む　むらびとの　苦しみ救った　犬飼情兵衛

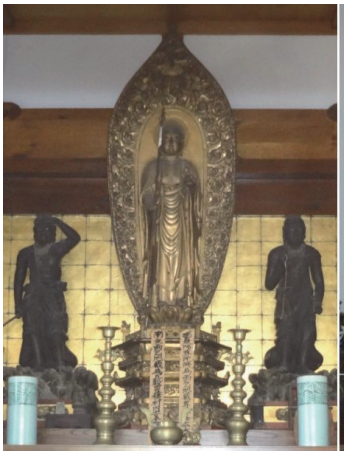
江戸時代末期、上田藩の下級藩士であった犬飼情兵衛（いぬかいせいべい）は、貧困が極まり年貢を納めれば食に事欠く状態の中野村の人々のため、藩に１０年間の年貢の軽減を実現させたり、若者に耕作のための土地を与えるなどの支援を行った。龍澤寺の向かいにその徳をしのぶ碑が建立されている。

め　めずらしい　弘法山の　ちがい石　　※5 頁も参照

ちがい石は、２つの中性長石がＸ形に交わった１ｃｍほどの乳白色の石。前山寺の奥の院がある弘法山一帯でしか産出しない。「誓い石」とも呼ばれ、弘法大師が「この石を大切に持つ者あればもろもろの厄災を免れさせよう」と誓ったといわれる。

も　元木の地蔵と　末木の薬師　弘法大師の作という

沢山に柳の大木があり、それを見た弘法大師が霊木として、木の根元の方（元木）で地蔵菩薩を、先の方（末木）で薬師如来を彫ったという伝承が伝わる。元木の地蔵は手塚の無量寺、末木の薬師は中野の薬師堂に安置されている。


元木の地蔵

末木の薬師

や　野鳥鳴く　かやぶき屋根の　中禅寺薬師堂　　※5 頁も参照

中禅寺は、西前山にある真言宗の寺。本尊は延命地蔵。県宝の金剛力士像、国の重要文化財の薬師堂と薬師如来坐像は、いずれも平安時代末期から鎌倉時代初期のものといわれる。薬師堂は、中部日本最古の木造建築物。

ゆ　夢殿で　ほほえむお戻り観音　長福寺　　※9 頁も参照

長福寺は、下之郷の真言宗の寺。境内にある「信州夢殿」は、法隆寺夢殿の二分の一の寸法で、１９４２年（昭和１７年）の建立。それと同時に安置された銅造菩薩立像は、アルカイックスマイル（古代微笑）で７世紀後半の作とされる。元の安置先の小布施町で１回、１９３８年（昭和１３年）に長福寺に移されてから２回盗難にあったがいずれも戻ってきている。

よ　八日堂　蘇民将来符　厄除けに　　※7･8 頁も参照

室町時代に建立された三重塔や鎌倉時代のものとされる石造多宝塔のある信濃国分寺。毎年１月には八日堂縁日が古くから行われ、江戸時代の様子が八日堂縁日図で分かる。そこで頒布される蘇民将来符は、泥柳(どろやなぎ)を手彫りした六角錐形で、いわれを記した牛頭天王祭文(ごずてんのうさいもん)とともに市指定文化財。蘇民将来符頒布習俗は国の選択無形民俗文化財である。

ら　来光寺池　お寺の名前が　ため池に　　※11 頁も参照

来光寺池は、鈴子にあるため池。貯水量２３万１千トン、かんがい面積７０ｈａ。築造は江戸時代初めの１６２２年。築造当時はまだあったがその後廃寺になった来光寺という寺の名前が池名の由来。

り　龍にまつわる物語　塩野神社の　御神木　　※5 頁も参照

西前山の塩野神社の拝殿は、県内では諏訪大社とここだけの珍しい二階建て。本殿には多くの彫刻が施されている。そのうちの一つの龍が夜になるとしばしば御神木のケヤキを遊び場としたことで木が枯れそうになり、困った村人が龍の目玉を取ってしまったという民話がある。

る　瑠璃色の　マダラヤンマ　飛び交う東山

マダラヤンマは、「空飛ぶ宝石」と呼ばれるトンボ。青い目とオスの腹部の鮮やかな瑠璃色の模様が特徴である。東山地区の砂原池や居守沢大池などのため池で生息するが、住める所が限られ、市の天然記念物に指定されている。

れ　連綿と　先人の思い受けつぐ　御柱

下之郷の生島足島神社で７年目ごと（寅年・申年）の４月に行われる御柱祭。東山から切り出した４本の赤松の大木を、塩田各地区の方々によって、木やりにあわせて御旅所社(おたびしょしゃ)から生島足島神社まで曳いて建てる。

ろ　六百年の　ケヤキが見守る　龍光院

龍光院は、東前山にある曹洞宗の寺。本尊は釈迦如来。塩田北条氏初代義政の菩提を弔うため、鎌倉時代の１２８２年に子の国時が開基となり開創。黒門横のケヤキは、樹齢６００年以上。幹回り７ｍ程で市の指定保存樹木の巨木。

本堂には、上田市指定文化財である六曲一双(ろっきょくいっそう＝６枚折りの屏風が左右２本ある)の屏風「紙本花鳥人物屏風」(しほんかちょうじんぶつびょうぶ)が飾られている。作者は、江戸時代の狩野派の絵師で塩田出身の狩野永琳(かのうえいりん)。

わ　我がふるさと　「塩田は信州の学海なり」

塩田中学校の「信州の学海の碑」

鎌倉時代に京都南禅寺を開いた名僧無関普門(むかんふもん)が「学問を志す者（僧）は遠方から塩田にたくさんやってきた　すなわち信州の学海なり」と記したように、当時は塩田の各寺が僧の学問所になっていた。塩田中学校の玄関前の碑にその無関普門の言葉が記されている。

※「信州上田・塩田平かるた」及び「塩田平ガイドマップ」についてのお知らせ

①「信州上田・塩田平かるた」及び「かるたマップ」について

〇かるたは、日本遺産の構成文化財と、それ以外を含む塩田平の文化財の一部を題材として、上田市日本遺産推進協議会と塩田まちづくり協議会が連携して作成しました。

〇読み札の読み句は、塩田中学校と塩田の３小学校（東塩田・中塩田・塩田西）の子どもたちが応募してくれた約８００件から選び、絵札は、長野大学生や一般社団法人ＭＩＮＷＡの方々に手掛けていただきました。

〇塩田まちづくり協議会では、あわせて、かるたの文化財を巡るための「かるたマップ」も作成しました。

②「塩田平ガイドマップ」について

〇塩田平を車やウォーキングで巡っていただくためのガイドブックを塩田平ボランティアガイドの会が作成しました。塩田平の地図と、神社仏閣や各種の文化財などの解説文が掲載されています。

※「かるたマップ」と「塩田平ガイドマップ」は、ご希望の方に無料で配布しています。塩田公民館と塩田の里交流館「とっこ館」で入手できます。

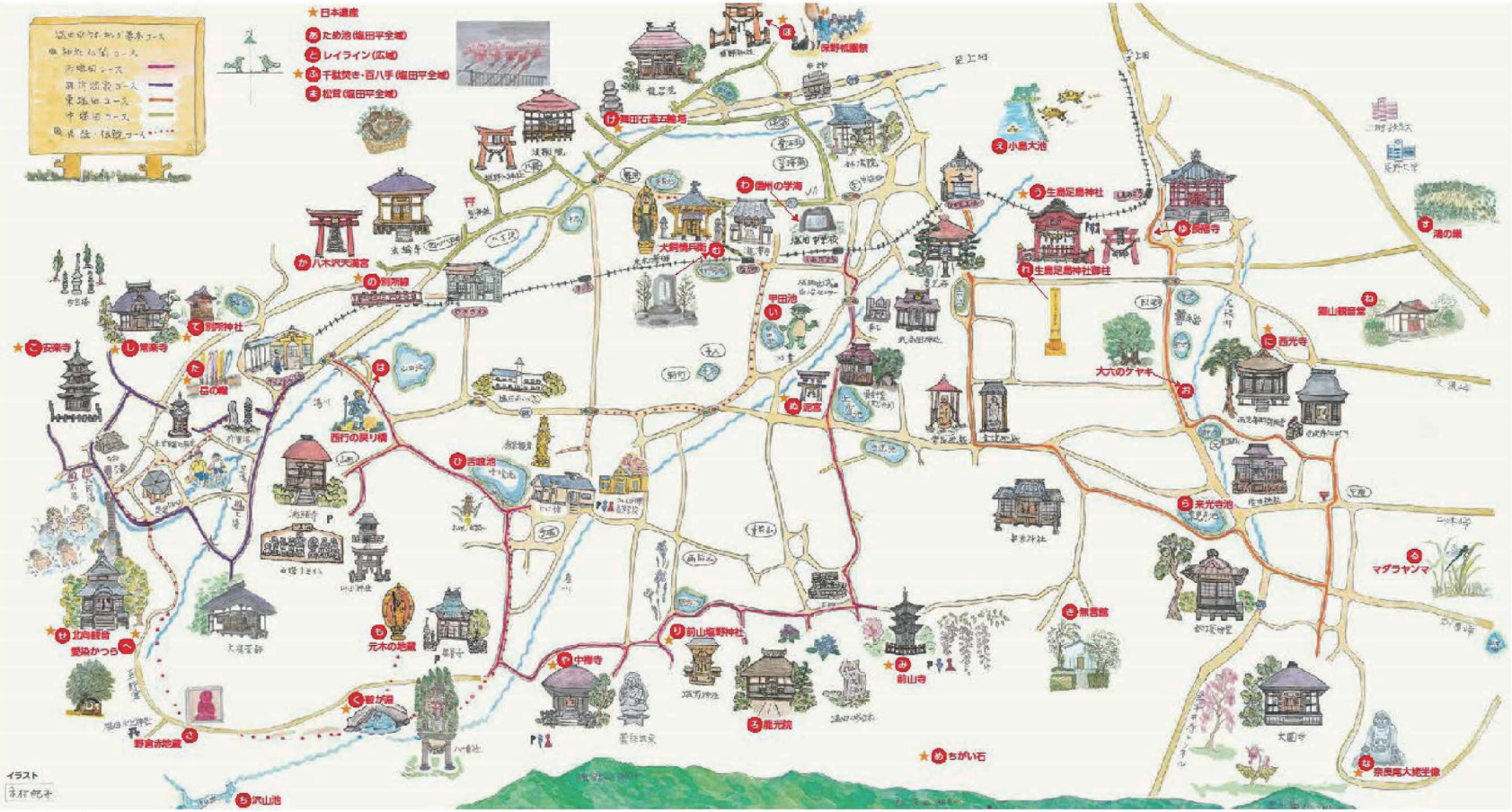
※お問い合わせは下記まで

塩田まちづくり協議会事務局　　電話：０２６８－３８－８６００

Email shiodamachidukuri@ueda.ne.jp

日本遺産 信州上田・塩田平かるたマップ

・日本遺産の構成文化財や塩田平の文化・歴史・自然・伝統行事などを題材にしたかるたを令和3年度に作成しました。
・そのかるたの題材のところを巡っていただけるよう、マップに位置を示しました。歩いたり、車で訪れてみてください。



読み句

あ 雨を乞う 塩田の祈り ため池に	か 学問の 神様がいる 八木沢天満宮	さ 産川に しずめて雨乞い 赤地蔵	た 岳の幟 天下の奇祭 雨乞行事	な 奈良尾では 大姥坐像で 雨ごいす	は 橋を渡らず 西行法師 戻り橋	ま 松茸は 塩田平の 秋の味	や 野鳥鳴く かやぶき屋根の 中禅寺薬師堂	る 瑠璃色の マダラヤンマ 飛び交う東山
い いたずらな かっぱの 伝説 甲田池	き 聞こえるよ 悲惨を語る 無言館	し 常楽寺 観音様出現の 多宝塔	ち 貯水量 塩田で一番 沢山池	に 仁王門 並木を抜けたら 西光寺	ひ 人柱 悲しい民話 舌喰池	み 未完の美 前山寺 三重の塔	ゆ 夢殿で ほほえむお戻り観音 長福寺	れ 連綿と 先人の思い受けつぐ 御柱
う 美しい 朱色に輝く 生島さん	く 鞍が淵 小太郎伝説 蛇骨石	す 垂直に 切り立つ鴻の巣 しま模様	つ 月明り 並ぶ礎石や 国分寺跡	ぬ 主は泥 稲作支える 泥宮大神	ふ 降れよ雨 夜空をこがす 百八手	む むらびとの 苦しみ救った 犬飼情兵衛	よ 八日堂 蘇民将来符 厄除けに	ろ 六百年のケヤキが見守る 龍光院
え 江戸時代 いのししとびこむ 小島大池	け 県内で 一番大きい 舞田の石造五輪塔	せ 善光寺 北向観音 両まいり	て 天から授かる縁結び子宝のご利益 別所神社	ね 猫山は 観音様と 桜の名所	へ 別所のネ 五木の一つ 愛染かつら	め まずらしい 弘法山の ちがい石	ら 来光寺池 お寺の名前が ため池に	わ 我がふるさと 「塩田は信州の学海なり」
お 大きいな トトロが出そう 大六のケヤキ	こ 国宝の 安楽寺	そ そびえ立つ 独鈷の向こう こくぞう堂	と 冬至と夏至 太陽通るレイライン	の のぼり龍 くねくね走る 別所線	ほ 保野ぎおん 豊作願いささら舞う	も 元木の地蔵と末木の薬師 弘法大師の作という	り 龍にまつわる物語 塩野神社の御神木	

塩田まちづくり協議会　〒386-1325　上田市中野20　電話 0268-38-8600　※持ち歩けるサイズの「かるたマップ」は、協議会事務局にありますのでご利用ください。

参考資料

日本遺産・塩田平関係の主な歴史

時代	和暦	西暦	主なできごと	
			起こった年が判明しているもの	その他この時代に起こったとされるもの
縄文時代		前4000		塩田各地に縄文式土器・石器類が出土
弥生時代		紀元前後		塩田各地に弥生式土器が出土 200～300年頃湿地帯で水田耕作が始まる
古墳時代 飛鳥時代		3～7世紀		塩田にも古墳が造られる(下之郷古墳群・王子塚古墳・皇子塚古墳等)
	大化元	645	大化の改新	
奈良時代	和銅 3	710	平城京へ遷都	信濃国分寺建立(770年頃)
	天平 13	741	国分寺建立の詔	
平安時代	延暦 13	794	平安京へ遷都	常楽寺と北向観音堂創建(伝825年) 前山寺・中禅寺・安楽寺創建(各寺伝)
	康保 2	965	長福寺創建	
	承安 3	1173	最勝光院領として「塩田庄」寄進される	
	養和元	1181	塩田高光・手塚光盛ら木曽義仲に従う	
鎌倉時代	文治元	1185	鎌倉幕府成立(全国に守護・地頭設置)	中禅寺薬師堂等建立(平安末期～鎌倉初期) 安楽寺三重塔建立(1290年代) 舞田の石造五輪塔建立
	建治 2	1276	樵谷惟仙が臨済宗安楽寺創建	
	建治 3	1277	北条義政が塩田に移住	
	弘安 5	1282	龍光院創建	
	正応 4	1291	西光寺創建	
室町時代 戦国時代 安土桃山時代	延元 3	1338	室町幕府成立(足利尊氏征夷大将軍)	生島足島神社内殿建立(16世紀前～中期) 蘇民将来符頒布習俗始まる 信濃国分寺三重塔建立 前山寺三重塔建立 法住寺虚空蔵堂建立 保野塩野神社祇園祭始まる(永禄年間)
	永正元	1504	岳の幟行事始まる	
	天正 12	1584	真田昌幸が上田城築城	
	慶長 5	1600	関ケ原の戦	
	慶長 6	1601	上田領が真田信之に(居城は沼田)	
江戸時代	慶長 8	1603	江戸幕府成立(徳川家康征夷大将軍)	江戸時代を通して新田開発とため池築造・増築が行われる
	慶長 15	1610	生島足島神社摂社諏訪社本殿建立	
	元和 2	1616	上田藩主真田信之が上田に移る	
	元和 8	1622	上田藩主が仙石氏に(初代忠政)	
	元禄 6	1694	塩田に四国霊場88所の仏像が配仏	
	宝永 3	1706	上田藩主が松平氏に(初代忠周)	
	天明 8	1788	別所神社創建	
	万延元	1860	信濃国分寺本堂建立	
明治	明治元	1868	明治政府成立 生島足島神社歌舞伎舞台建立	
大正	大正 10	1921	別所線開業（現城下駅～別所温泉駅）　3年後(1924年)に上田駅まで延伸	
昭和	昭和 13	1938	沢山池築造	
	昭和 17	1942	長福寺に信州夢殿建立	
	昭和 31	1956	4か村（東塩田村・中塩田村・西塩田村・別所村）が合併して塩田町発足	
	昭和 45	1970	塩田町が上田市に合併	
平成	平成 22	2010	「塩田平のため池群」が「全国ため池百選」に選定	
令和	令和 2	2020	信州上田・塩田平が日本遺産に認定	

文 化 財 索 引

あ　愛染カツラ　4・19
　赤地蔵　16
　安楽寺　3・16
　　八角三重塔　3・16
　　木造惟仙和尚・木造恵仁和尚坐像　3
い　生島足島神社　9・15
　　本殿内殿　9
　　摂社諏訪社本殿　9
　　文書　9
　　御柱　20
　犬飼情兵衛　19
う　上田市八日堂の蘇民将来符頒布習俗　8・20
お　御柱　20
き　北向観音堂　3・16
　　善光寺地震絵馬　4
　　愛染カツラ　4・19
く　鞍が淵　6・16
こ　鴻の巣　16
　牛頭天王祭文　8
さ　西光寺　5・18
　　阿弥陀堂　5・18
し　塩田平のため池群 10・15
　信濃国分寺跡　7・17
　信濃国分寺　7・20
　　本堂　7
　　三重塔　7
　　石造多宝塔　8
　　牛頭天王祭文　8
　　上田市八日堂の蘇民将来符頒布習俗　8・20
　　八日堂縁日図　8・20
　蛇骨石 6・16
　常楽寺　3・16
　　本堂　3
　　石造多宝塔　3・16
　信州の学海　21
す　末木の薬師　19
せ　善光寺地震絵馬　4
　前山寺三重塔　4・19
　千駄焚き　6・18
た　大六のけやき　15
　岳の幟　6・17
ち　ちがい石　5・19
　中禅寺　5・20
　　薬師堂　5・20
　　木造薬師如来坐像　5
　　木造金剛力士像　5
　長福寺　9・20
　　銅造菩薩立像　9・20
と　泥宮　8・18
な　奈良尾大姥坐像　6・17
ね　猫山観音堂　18
は　八角三重塔　3・16
ひ　百八手　6・18
へ　別所温泉の岳の幟行事　6・17
　別所五木　4・19
　別所神社本殿　6・17
　別所線の鉄道施設　9・18
ほ　法住寺虚空蔵堂附厨子　5・17
　保野の祇園祭　7・19
ま　舞田の石造五輪塔　4・16
　前山塩野神社　5・20
　マダラヤンマ　20
　松茸　19
む　無言館　16
も　木造惟仙坐像・木造恵仁和尚坐像　3
　元木の地蔵　19
　戻り橋　18
や　八木沢天満宮　15
よ　八日堂縁日図　8・20
り　龍光院　21
れ　レイライン　17

※塩田平のため池群　10・15
　あ　浅間池　10
　　荒池　12
　い　居守沢大池　10
　う　上平池　12
　　上原池　11
　お　男池　11
　　女池　11
　か　加古池　11
　　上一池　12
　　上窪池　12
　き　北ノ入池　11
　く　久保池　10
　　倉保根池　11
　こ　甲田池　12・15
　　五加前池　11
　　小島大池　11・15
　さ　沢山池　12・17
　し　塩野池　12
　　塩吹池　11
　　舌喰池　12・18
　　清水池　10
　　下之郷新池　10
　す　砂原池　11
　て　手洗池　11
　と　共有池　12
　　鳥居上池　10
　な　中池　10
　　中野前池　12
　ひ　瓢箪池　10
　　平井寺池　11
　ふ　不動池　12
　ま　幕宮池　12
　み　水沢池　11
　　宮原上池　10
　む　迎原上池　10
　　迎原下池　10
　め　夫婦池　10
　や　山田池　12
　　山田新池　12
　ら　来光寺池　11・20
　り　竜王下池　12

日本遺産 信州上田・塩田平検定用

日本遺産
信州上田・塩田平の文化財ガイドブック

令和５年（２０２３年）８月

編集・発行　日本遺産信州上田・塩田平検定実行委員会
上田市日本遺産推進協議会（事務局：上田市文化政策課）
塩田まちづくり協議会
塩田平ボランティアガイドの会
地域おこし協力隊（塩田地域担当）