

# 高野参詣道

Koyasan Pilgrimage Routes

## トレッキングガイド

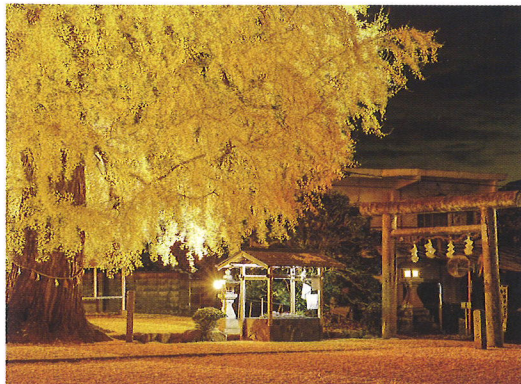
天空の聖地高野山を目指し、  
古より多くの人が歩んできた  
恒久の道。

町石道

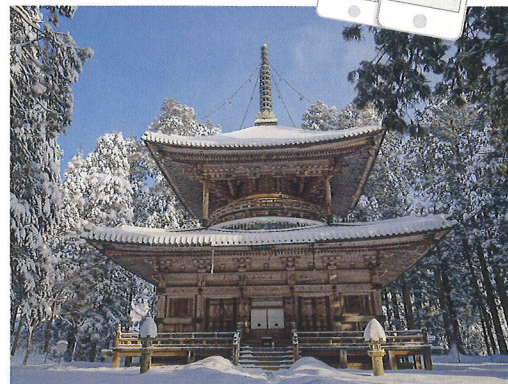
スマホで楽しめる  
デジタルスタンプラリー実施中



慈尊院(九度山町)



丹生酒殿神社(かつらぎ町)



西塔/壇上伽藍(高野町)



# 高野参詣道

天空の聖地高野山を目指し、古より多くの人々が歩んできた恒久の道。

標高800mの天空の聖地、高野山。古の時代より人々は祈りながら聖地高野山を目指しました。時代や用途に応じ繁栄し活用されてきた複数の道には、それぞれ異なる歴史、趣、物語があります。多様な信仰を育んだ霊場と参詣道、そしてそれらを取り巻く文化的景観の価値が認められ、和歌山・三重・奈良の三県にまたがる「紀伊山地の霊場と参詣道」は、2004年にユネスコの世界文化遺産に登録されました。

また、高野山内での女性の参拝が叶わなかった時代から現在に至るまで、訪れる女性を心安らかに見守り、癒し続けた聖地として女人道、町石道、槇尾道等が2020年に日本遺産「女性とともに今も息づく女人高野～時を超え、時に合わせて見守り続ける癒しの聖地～」に認定されました。



**古くから守られる世界遺産**  
 世界遺産は人類にとって共通のかけがえのない宝物であり、私たちが未来の人々に引き継いでいかなければならない貴重な文化財やすばらしい自然です。  
 「紀伊山地の霊場と参詣道」は信仰の文化として今も生き続けていることや広範囲にわたる資産が良好な状態で残されていることなどが大きく評価され、世界遺産に登録されました。

### 弘法大師空海も歩いた表参道



世界遺産  
日本遺産

**ちょういしもち 町石道** 慈尊院～奥之院 (約20km 約8時間)

皇族、貴族、武士、庶民あらゆる層の人がこの道を歩きました。慈尊院、丹生官省符神社から高野山奥之院御廟まで1町ごとに、鎌倉時代に建てられた216基の町石(再建されたもの含む)が並びます。

### 秀吉が馬で駆け下りた伝説残る道



世界遺産

**くろこみち 黒河道** 定福寺～黒河口女人堂跡 (約19km 約8時間)

山麓の宿場町橋本からの近道で、地元の人が産物を納めるのに使いました。豊臣秀吉が高野参詣の帰路に馬で駆け下りたという逸話が残ります。

### 紀伊山地の参詣道の中でも最古級 丹生都比売神社への参詣道



世界遺産

**みたにざか 三谷坂** 丹生酒殿神社～丹生都比売神社 (約5.5km 約2時間)

空海が高野山の地を授けた神様を祀る丹生都比売神社への参詣道です。丹生都比売神社から八町坂を上り、町石道に合流して高野山まで登ることもでき、高野山への近道であったため、よく使われました。

### 空海得度の地 槇尾山施福寺と高野山をつなぐ道



日本遺産

**まさおみち 槇尾道** 高野下駅～女人堂 (約9km 約4時間)

高野山から空海が得度した(大阪府和泉市の)槇尾山施福寺を目指す道で、1925年に高野下駅が開業すると、高野山までの最短ルートとして多くの参詣客に利用されました。  
 ※得度…仏門に入り僧侶になるための儀式

### 江戸時代、京都・大坂からの参詣者の主街道



世界遺産

**きょうおおさかみち 京大坂道** 学文路駅～女人堂 (約10km 約4時間 ※京大坂道不動坂を含む)

京都、大阪方面から紀見峠を越えて高野山へ至る参詣道です。紀の川の渡し場があった橋本は宿場町としても栄え、江戸時代には街道が整備されたため、この道が最も利用されました。

### 七つの女人堂跡をつなぐ参詣道



世界遺産

日本遺産

**によにんみち 女人道** 不動坂口女人堂～女人道1周 (約16km 約7時間)

明治5年まで女人禁制だった高野山。女人信者のための籠り堂として、山内への七つの入り口に建てられた女人堂跡(山の堂跡)をめぐる道です。

**きょうおおさかみちふどうざか 京大坂道不動坂** 極楽橋駅～女人堂 (約2km 約1時間) 世界遺産 日本遺産

極楽橋から始まる不動坂は、高野山を目前に最大の難所でした。近年、古道整備によりよみがえり、沿道に残る史跡と共に中世から江戸時代までの姿が良好に保たれています。

※QRコードを読みとると、各道のマップと現在地が表示されます。



# おすすめ 高野参詣道 モデルコース ～町石道編～

丹生都比売神社～大門トレッキング

九度山まで車で来られる方は、  
町営駐車場をご利用ください。



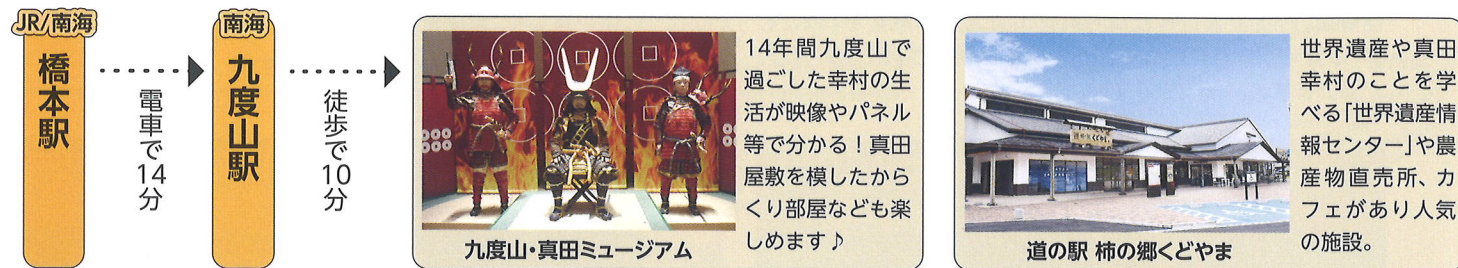
## プラン1 バスで楽々コース

電車とバスで楽々トレッキングスタート! 初心者の方にもオススメ!



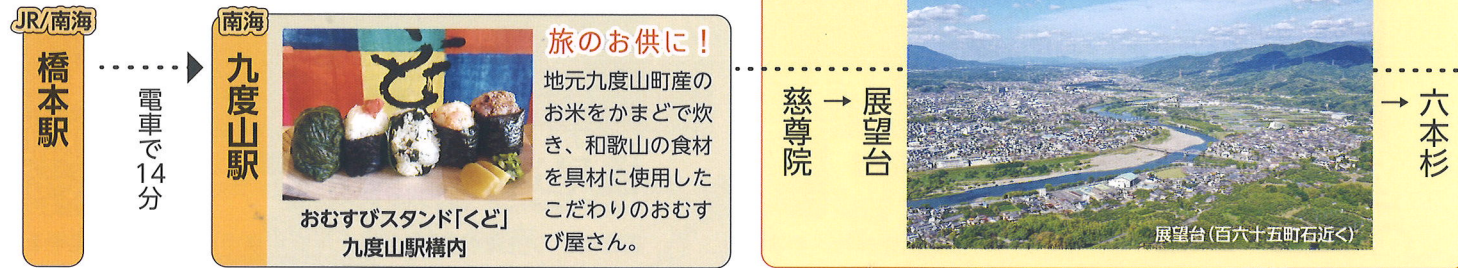
## プラン2 九度山まちあるきコース

九度山駅で下車し、駅から徒歩で巡る観光を満喫するプラン!



## プラン3 トレッキング満喫コース

九度山駅からトレッキングを楽しみたい方にオススメのプラン。



## 高野参詣道トレッキングスタート!

**トレッキング:約14km、約6時間**

弘法大師に高野山の土地を授けた女神が祀られている「丹生都比売神社」からスタートし、町石に祈りを込めながら高野山まで歩くコース。一基ごとに異なる町石や神秘的な森林浴を楽しめます。

二ツ鳥居 → 神田地蔵堂 → 笠木峠 → 矢立 → 六地藏 → 展望台 → 鏡石 → 大門

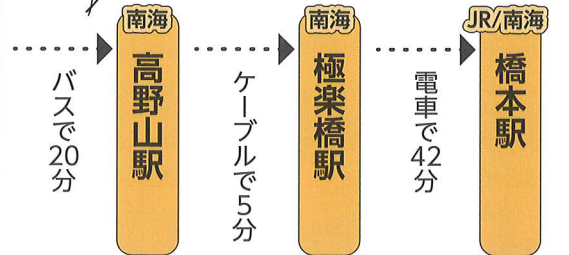
ほっと一息。休憩スポット(矢立)

山内の宿坊宿泊でゆっくり参拝!

宿泊情報のお問い合わせは  
一般社団法人  
高野山宿坊協会  
☎0736-56-2616



高野山内を  
散策しよう



極楽橋駅… 2020年7月20日リニューアル。電車側コンコースの天井は「いのちのはじまり」をテーマに、複数のアーティストが高野山や高野山ゆかりの動植物などを描画。ケーブルカー側コンコースの天井は宝来をモチーフに極楽鳥や干支、様々な縁起物をかたどった天井絵を描いています。

## 語り部の会

地域の語り部さんの案内でもっと楽しくトレッキングしませんか!

### 橋本観光ガイドの会

問い合わせ: 北本 090-7115-7732

橋本は、葛城修験の道、高野山へ向かう何本もの高野街道、和歌山から奈良・伊勢に向かう南海道、伊勢街道(大和街道)の古道のある町です。それぞれの道沿いには歴史を感じて頂ける場所がたくさんあります。

ガイドの会は、橋本市周辺地域のみどころや歴史を紹介するために活動しています。詳しいガイド案内の例などはHPをご覧ください。

MAP F-2



### 黒河道

おすすめポイント

### 五軒畑からの遠景

写真の遠景は金剛山です。この場所からは紀の川沿い、和泉山脈沿い、紀見峠から橋本市内まで見渡せます。

### 高野山町石道語り部の会

問い合わせ: 九度山町役場産業振興課 0736-54-2019

弘法大師空海が切り開いた修行の道であり、高野参詣の表参道である町石道を、語り部が昔から語り継がれる物語とともに案内します。町石に祈りを込めながら、歴史に触れて歩きましょう。

コース例や料金、所要時間の目安は九度山町観光HPに掲載しておりますので、是非ご覧ください。



### 町石道おすすめポイント



### 百十町石

MAP C-5

「藤原氏女」と記載されている、町石道の真ん中辺りに位置する町石。木々の中で静かに佇む様子は写真スポットとしておすすめです。

### 高野七口再生保存会

問い合わせ: 児玉 070-2614-9671

昔から「高野七口」とよばれた高野山への入り口及びそこに通じる道、その他高野山周辺古道の調査・保全を中心とした活動をしています。

また、それらの道に高野山上を含め、有料(対象:一般)又はボランティア(対象:小・中学校など)でガイドも実施しています。

現地の歴史や文化について解説を聞きながら、地域に精通した地元ガイドとともに安全にトレッキングをしませんか。詳しくはHPをご覧ください。



### 黒河道おすすめポイント

### くどやま森の童話館

黒河道トレッキングの昼休憩スポット。旧久保小学校の木造校舎が「くどやま森の童話館」として生まれ変わり、木や森に関する絵本や童話などの書籍計約1000冊が館内の書棚に並びます。

MAP F-4



# 世界遺産 社寺めぐり

## 丹生都比売神社 にうつひめじんじゃ MAP B-4

弘法大師空海に高野山の土地を授けた丹生都比売大神を祀る総本社で、紀伊国一之宮。高野山と真言密教の守護神として崇められ、古くより高野山参りに先立って神社に立ち寄り、参拝するのが習わしでした。

- 住所 伊都郡かつらぎ町上天野 230
- 拝観時間 拝観自由/社務所 8:45~16:30
- お手洗い 駐車場公衆トイレあり

神社のご神犬2頭は毎月16日に公開



参拝客の願いをさく「お願い地藏」と108体の地藏

## 慈尊院 じそんいん MAP D-2

古くより弘法大師空海の御母公結縁の寺、女人高野信仰の地として知られ、現在も多くの女性が「子宝・安産、育児、授乳、病気平癒」などを願って訪れています。

- 住所 伊都郡九度山町慈尊院 832
- 拝観時間 拝観自由/社務所 8:00~17:00
- お手洗い 駐車場公衆トイレあり



参拝客に人気の「乳房形絵馬」

## 丹生官省符神社 にうかんしょうぶじんじゃ MAP D-2

弘法大師空海により創建された神社。慈尊院から119段石段をのぼった町石道登山口に鎮座し、導きの神様として崇拝されています。

- 住所 伊都郡九度山町慈尊院 835
- 拝観時間 拝観自由/社務所 9:00~17:00
- お手洗い 公衆トイレあり

トレッキング前に神社境内地より高野山を遥拝することができます



## 丹生酒殿神社 にうさかどのじんじゃ MAP B-3



秋にはイチョウがライトアップ!

神社名は、丹生都比売大神がこの地に降臨した際、酒を初めて神前に供えたことに由来すると伝えられています。境内には大きなイチョウがあり、晩秋に見ごろを迎えます。

- 住所 伊都郡かつらぎ町三谷 631
- 拝観時間 拝観自由
- お手洗い 駐車場公衆トイレあり



## 金剛三昧院 こんごうさんまいいん MAP E-6

北条政子が夫・源頼朝、子・実朝の菩薩を弔うために建立した宿坊寺院。樹齢約450年の大シャクナゲや樹齢約600年の六本杉を代表に、四季移ろう庭園を散策できます。

- 住所 伊都郡高野町高野山 425
- 内観料 大人 300円、子供 100円、未就学児無料 ※特別拝観期 大人 500円、子供 300円
- 拝観時間 8:30~17:00(受付は 8:00~16:30)
- お手洗い 拝観者用トイレあり



## 総本山金剛峯寺 そうほんざんこんごうぶじ MAP E-6

高野山真言宗の総本山であり、高野山上のほぼ中央に位置しています。主殿(本坊)をはじめとした様々な建物を備え境内総坪数48,295坪の広大さと優雅さを有しています。

- 住所 伊都郡高野町高野山 132
- 内観料 大人 1000円、子供 300円、未就学児無料
- 拝観時間 8:30~17:00(受付は 16:30まで)
- お手洗い 根本大塔北公衆トイレ、金剛峯寺前公衆トイレあり

四季に美しい表情を見せる高野山



# 温泉 トレッキング帰りにリフレッシュ!

山奥の小さな隠れ宿でほっと一息

美人の湯で有名なアルカリ性の天然温泉

高野山麓に沸く水を独自ブレンドした温泉



宿泊可

### やどり温泉いやしの湯

pH8.7の良質なアルカリ性泉を全浴槽かけ流しにて使用。密を避けて利用できる個室温泉付きコテージも完備。

- 住所 橋本市北宿 5
- 日帰り入浴 11:00~21:00(最終受付20:00)
- 定休日 火・水・木(祝日・GW・お盆・年末年始は営業)
- 問い合わせ 0736-32-8000

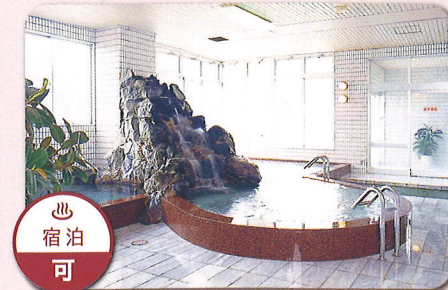


宿泊可

### 紀伊見温泉紀伊見荘

紀伊峠から徒歩4分。受付時間11時~13時30分でお風呂とお食事のセットがお楽しみ頂けます。

- 住所 橋本市矢倉脇 115
- 定休日 不定休
- 問い合わせ 0736-36-4000
- ※日帰り入浴のみは利用不可



宿泊可

### 天然温泉ゆの里

泉質の違う浴槽が10か所あり、肌に悩みがある方にも好評です。食事にもこだわり、無農薬野菜使用の料理が人気です。

- 住所 橋本市神野々 898
- 日帰り入浴 10:00~22:00(最終受付21:00)
- 定休日 第2木曜日
- 問い合わせ 0736-33-1126

橋本駅から無料送迎バスあり

憩いのコミュニティ施設

豊かな自然と木の香りでリラックス

太古の化石海水の天然温泉が楽しめる



宿泊不可

### 橋本市エコパーク紀望の里

入浴施設の他に地元の新鮮な野菜を取り扱う農産物販売所や広い芝生公園などもあり、ゆったり過ごしていただけます。

- 住所 橋本市高野口町大野 1807-1
- 日帰り入浴 13:00~21:00(受付は20:30まで)
- 定休日 月(祝日の場合はその翌日)、年末年始
- 問い合わせ 0736-26-7227



宿泊可

### はなぞの温泉花圃の里

高野山から車で約30分。天然温泉や地元産の旬の食材をふんだんに使った会席料理などが楽しめます。

- 住所 伊都郡かつらぎ町花園梁瀬 779-1
- 日帰り入浴 12:00~17:00
- 定休日 なし
- 問い合わせ 0737-26-0171



宿泊可

### かつらぎ温泉八風の湯

JR笠田駅から徒歩5分。源泉かけ流しの温泉や露天風呂、足湯、サウナ、もみ処などの充実した施設で至福のひとときを。

- 住所 伊都郡かつらぎ町佐野 702
- 日帰り入浴 10:00~22:00(最終受付21:00)
- 定休日 なし(メンテナンス休業あり)
- 問い合わせ 0736-23-1126



参加無料 受付不要

山と溪谷社 × 南海電鉄 × 橋本・伊都広域観光協議会

ヤマスタ

# スマホでできる山のスタンプラリー YAMASTA

参詣道上の所定の場所でチェックインすると、スマホ上にかわいいスタンプが集まります。各道を達成すると、ノベルティ(缶バッジや認定証)ももらえます。



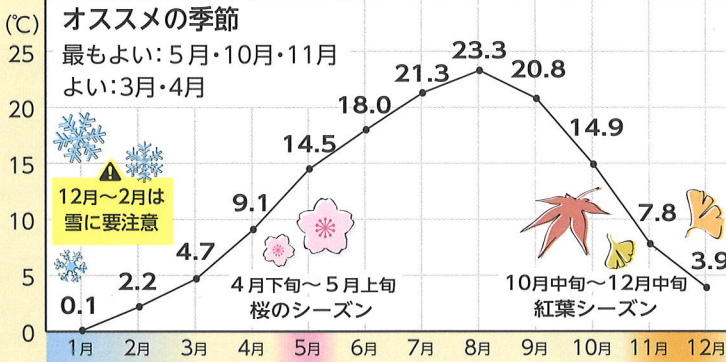
【YAMASTAが楽しめる道】  
町石道・黒河道・京大坂道

←まずはYAMASTAダウンロード



(イメージ)

## 高野山の年間気温



## 高野参詣道トレッキング フチコミ

- ◆自然のままの参詣道が残っている(60代女性)
- ◆空気が澄んで落ち着く感じ(10代女性)
- ◆弘法大師の祈りの気持ちが伝わる(60代女性)
- ◆神秘的、浪漫、歴史を感じる(60代男性)
- ◆いつも必死で歩くだけだったがガイドさんがいてよかった(40代女性)

## お気軽にご利用ください

参詣道を分割して歩きたい場合や、途中疲れたとき、アクシデントの際にご利用できます。

高野山タクシー 九度山タクシー ☎0120-37-2628

橋本タクシー ☎0736-32-0849

大阪第一交通 橋本営業所 ☎0570-07-0152

有交紀北タクシー ☎0736-22-3333

有鉄観光タクシー ☎0736-42-2121

### 周辺観光、宿泊施設について

一般社団法人高野山麓ツーリズムビューロー

☎0736-26-7988

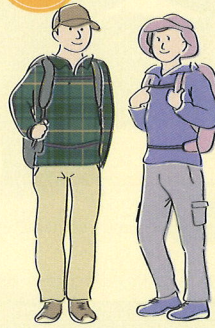


## おすすめの服装・持ち物

蛇や虫、かぶれ対策のため、年中長袖長ズボンがオススメです！

年中

長袖長ズボン・滑りにくい歩きやすい靴  
(本格的な登山靴でなくても可)



冬

長袖長ズボン  
滑りにくい歩きやすい靴  
+  
ウィンドブレーカー



雨の日はすべりやすいので要注意！  
また、靴底が取れてしまうことがよくあります。その際結束バンドがあれば便利です！



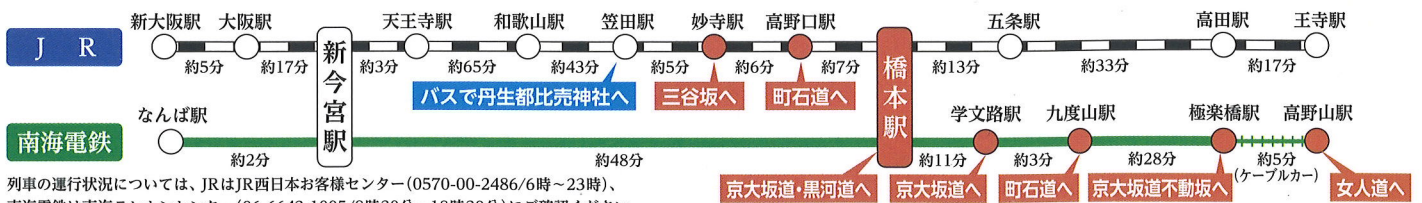
### 持ち物

飲み物500ml～、軽食、Tシャツ着替え、手袋、帽子、虫除け、結束バンド、ストック

「高野参詣道」では楽しいトレッキングイベントも随時開催されています！語り部のガイド付きや温泉付きなどの特典付きのイベントもあります♪



イベントの詳細は  
高野山麓いと楽しHPを検索！



列車の運行状況については、JRはJR西日本お客様センター(0570-00-2486/6時～23時)、南海電鉄は南海テレホンセンター(06-6643-1005/8時30分～18時30分)にご確認ください。

ICOCAやPITAPAもご利用いただけます。

お問い合わせ 世界遺産高野参詣道トレッキング連絡会(和歌山県伊都振興局企画産業課内) ☎0736-33-4909