



諏訪湖畔と上社下社・木落とし坂ウォーク

2022.06.19 9km 短縮 3.5km

参加者の皆様へ

- ・無断で単独行動をとらないようにしてください。
- ・主催者は、歩行中の事故について傷害保険に加入している他は応急措置以外の責任は負いません。
- ・スタート前には必ずトイレを済ませてください。
- ・原則として右側通行を遵守し、2列以内で歩きましょう。
- ・一般道を横切の場合は、役員の指示に従ってください。
- ・体調が悪くなったら遠慮せずに役員に連絡願います。

行事参加中のコロナ対策

- ・マスクを着用し、密にならないよう間隔をあけて歩いてください。
- ・補食、お菓子等は自分用のみとし、他人にはあげないでください。
- ・バス内ではマスクを着用し、大声での会話は控えてください。
- ・バスの中での菓子等の喫食は控えてください。

諏訪湖

岡谷市、諏訪市、諏訪郡下諏訪町にまたがる湖。河川法では、天竜川水系の一部として扱われる。周囲長15.9km、面積12.81km²。

新生代第三紀の終わり頃からの中央高地の隆起活動と糸魚川静岡構造線の断層運動によって、地殻が引き裂かれて生じた構造湖(断層湖)である

冬期に諏訪湖の湖面が全面氷結し、氷の厚さが一定に達すると、昼間の気温上昇で氷がゆるみ、気温が下降する夜間に氷が成長するため「膨張」し、湖面の面積では足りなくなるので、大音響とともに湖面上に氷の亀裂が走りせりあがる。この自然現象を御神渡り(おみわたり)と呼び、伝説では上社の男神が下社の女神のもとへ訪れに行った跡だといふ。かつては毎年のように厚い氷が湖面をおおっていたが、近年は全面氷結の頻度が減少している。また、氷も薄くなっており、スケートなどを行うのは危険を伴う。水面を覆う水草は「ヒシ」で、刈り取り船で除去してたい肥などにしている。

次回申込(バス内・昼食場所で)

富士山お山開きウォーク (村山禊・護摩焚きと須山御胎内)

- ☆期日 7月10日(日)
- ☆集合 富士宮駅南口 8:00
- ☆参加費 4,000円(お弁当付き)
- ☆切 7月4日(月)

緊急時連絡

市川 文雄 090-3835-5203
西島 真砂子 090-8955-2270



コース

往路	富士宮駅南口	== 甲府南IC ==	双葉SA (WC)	== 諏訪IC ==	諏訪大社下社 (拝観・体操・WC)
	7:00		8:20~40		9:30~50
ウォーク	下社(スタート)...	高浜...	間欠泉センター(11:00の自噴見学)...	湖畔公園(昼食・WC)...	
	9:50	10:15	10:50~11:05		11:15~12:00
	ガラスの里(ゴール・WC)	== 諏訪大社上社(拝観) ==	== 木落とし坂 ==		
	13:15~13:35		13:50~14:10		14:30~14:45
復路	木落とし坂	== 諏訪南IC ==	== 双葉SA ==	== 甲府南IC ==	== 富士宮駅 ==
	14:45		15:30~15:50		17:10

コースの概要

諏訪大社の下社・上社と諏訪湖を巡るウォークです。歩行距離9kmですがスタートの下社(秋宮)を拝観した後、なだらかな下り坂で諏訪湖の湖畔コースに出ます。ここからは湖畔の平坦なウォーク専用道で、諏訪湖を眺めながら歩く事ができる上り坂が全くないコースです。次の見所は「諏訪湖間欠泉センター」で間欠泉の噴出です。噴出時間の11時に合わせて歩きますので高さ5メートルの壮大な噴出をお楽しみ下さい(掘削当初の昭和58年には高さ50メートルまで自噴しました)。そのあとは「諏訪湖湖畔公園」まで歩き昼食になります。公園には多数の石彫があり諏訪湖上に立つ八重垣姫像はひととき大きく目を引きまします。食事の後はゴールの「SUWA ガラスの里」まで湖畔のウォーク専用コースを歩きます。*短縮コースは昼食場所からバスでガラスの里まで移動します。ガラスの里ではお土産タイムも有りますのでご利用下さい。ここからはバスでの観光コースになり最初は諏訪大社の上社です。そして最後は皆さんおなじみの「御柱祭」で有名な「木落とし」が行われる木落とし坂です。木落としは下社上社共に行われますが、今回は茅野市にある上社の木落とし坂を見学します。木遣り唄保存会メンバーによる木遣り唄もお楽しみいただきます。

諏訪大社

諏訪大社は、長野県の諏訪湖周辺 4 か所にある神社。全国に約 25,000 社ある諏訪神社の総本社である。長野県中央の諏訪湖を挟んで、以下の二社四宮の境内が鎮座する。

- ・上社(かみしゃ)
 - 本宮(ほんみや)(長野県諏訪市中洲宮山)
 - 前宮(まえみや)(長野県茅野市宮川)
- ・下社(しもしゃ)
 - 秋宮(あきみや)(長野県諏訪郡下諏訪町武居)
 - 春宮(はるみや)(長野県諏訪郡下諏訪町下ノ原)

上社は諏訪湖南岸、下社は北岸に位置し遠く離れているため、実質的には別の神社となっている。なお「上社・下社」とあるが社格に序列はない。創建の年代は不明だが、日本最古の神社の1つといわれるほど古くから存在する。『梁塵秘抄(りょうじんひしょう)』に「関より東の軍神、鹿島、香取、諏訪の宮」と謡われているように軍神として崇敬された。また中世に狩猟神事を執り行っていたことから、狩猟・漁業の守護祈願でも知られる。社殿の四隅に御柱(おんばしら)と呼ぶ木柱が立っているほか、社殿の配置にも独特の形を備えている。社殿は多数が重要文化財に指定されているほか、6年に一度(7年目に一度)催される御柱祭で知られる。

御柱祭

御柱(おんばしら、みはしら)または御柱祭は、長野県諏訪地方で行われる祭である。諏訪大社における最大の行事である。正式には「式年造営御柱大祭(しきねんぞうえいみはしらたいさい)」といい、寅と申の年に行われる式年祭である。長野県指定無形民俗文化財。日本三大奇祭のひとつとされる。山中から御柱として縦(もみ)の大木を16本(上社本宮・前宮、下社秋宮・春宮各4本)切り出し、長野県諏訪地方の各地区の氏子の分担で4箇所各宮まで曳行し社殿の四方に建てて神木とする勇壮な大祭である。この御柱祭りは7年目ごとに行われ、柱を更新する。正確には満6年間隔で行われる「6年に一度」だが、慣例として数え年の7年目ごとという意味で「7年に一度」「7年目」「数えて7年」などと表記される。大きくは「山出し」と「里曳き」にわかれそれぞれ4月と5月に、そして下社は上社の1週間後に行われる。

間欠泉センター

昭和58年、温泉掘削中に噴出した間欠泉は当初は高さ50mまで自噴(当時は世界第2位の高さを誇っていた)。平成2年、見学施設として諏訪湖間欠泉センターが開館。ところが、その後、間欠泉の自噴間隔が長引くようになり、ついには自噴が止まってしまう自体に。現在はコンプレッサーで圧縮空気を送り込み、上部の冷えた温泉を取り除くことにより、間欠泉を噴出させている。そのため、吹き上がる高さも5m程度になっている。

ガラスの里 WC
13:15~35