



# 長瀬・秋の七草寺めぐりウォーク

2019.09.22 13km 短縮&平坦 11km

<b>コース</b>	富士宮駅==河口湖IC==談合坂SA(WC)==圏央道==関越道==花園IC==
<b>往路</b>	6:30 7:50~8:05 R140==皆野寄居有料道路==道の駅みなの(WC)==宝登山麓P(体操) 9:20~35 9:45~10:00
<b>ウォーク</b>	宝登山麓P(スタート)・・・不動寺・・・真性寺・・・長瀬げんきプラザ(昼食・WC)== 10:00 10:05~15 11:00~10 11:40~12:20 法善寺・・・多宝寺・・・洞昌院・・・遍照寺・・・道光寺(ゴール) 12:30~40 12:55~13:05 13:40~50 14:20~30 15:30~40 *短縮コース:洞昌院後、遍照寺には寄らずにゴールの道光寺に向かう
<b>復路</b>	道光寺==道の駅はなぞの(WC)==花園IC==関越道==圏央道==談合坂SA(WC) 15:40 16:00~20 17:30~50 ==河口湖IC==富士宮駅 19:10

## 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。

## コースの概要

宝登山(ほどさん)麓駐車場下車して体操後ウォークスタート。駐車場横の道を少し歩くとすぐに1番目の寺、**不動寺(撫子)**に着きます。境内散策後、**宝登山神社**の参道を**長瀬駅**に向かって進み、駅周辺の繁華街を抜けて**荒川**沿いの弁天通り(別名北桜通りと言い、2.5kmの桜トンネルが有名)を2番目の寺、**真性(しんしょう)寺(女郎花)**に向かいます。境内は女郎花の花で真っ黄色です。真性寺を出たら元来た道を少し戻って**荒川**に架かる**金石水管橋**を渡ります。長瀬ライン下りで有名な**荒川**の渓谷美を堪能できるスポットです。川下りの船やラフティングのボートを見ることができそうです。水路橋を渡り、しばらく歩いて**長瀬元気プラザ**に到着、ここで昼食になります。**昼食は指定場所内でするようにしてください。**昼食後は**法善寺(藤袴)**、**多宝寺(桔梗)**と進みますが、途中**高砂橋**からも**荒川**の渓流を見ることができます。**高砂橋**を過ぎたあたりがライン下りの終点になるため、船を陸揚げするクレーンが見えます。次の**洞昌院(とうしょういん)**は萩の寺です。裏山には1万本の萩が植えられています。急坂で滑りやすいので健脚の人向けです。次の寺は**遍照寺(葛)**です。1kmほどの坂が続きますので、足に不安のある方は**遍照寺**には寄らずにゴールに向かってください。普通コースの方は、**遍照寺**に寄った後、元来た道を下り、**秩父鉄道**沿いの道を**道光寺(尾花)**まで歩いてゴールです。途中踏切を渡りますが、遮断機が下りてから電車が来るまでの時間が短いので注意してください。ゴールのトイレは少ないのでバスで20分ほどの**道の駅はなぞの**でトイレ休憩して往路と同じ経路で富士宮駅に戻ります。

## 緊急時連絡

高戸 栄行 090-8135-3306  
里見 祥一 090-6767-2474

## 県立長瀬げんきプラザ

豊かな自然と歴史・文化に恵まれた秩父地域に立地する社会教育施設。キャンプ場等の野外活動施設や研修室を使用した合宿や体験活動などの利用や、豊富な観光資源を生かした様々な事業を展開している。

## 次回申込 (バス内・昼食場所で) 明治神宮と外苑の道ウォーク (東京オリンピック主要会場めぐり)

☆期日 10月11日(金)  
☆集合 富士宮駅南口 6:30  
☆参加費 5,500円  
☆切 10月6日(火)

## 秋の七草の覚え方

「お好きな服は？」と覚えておきましょう。  
お(女郎花)おみなえし す(すすき=尾花) き(桔梗)  
な(なでしこ) ふ(藤袴) く(葛) は(萩)

## 長瀬・秋の七草寺

秋の七草は、季節の花を愛でるために万葉の歌人「山上憶良(やまのうえのおくら)」が季節に深く結びつく草花を詠った詩から生まれた。長瀬町内の7つのお寺に、それぞれ「秋の七草」が一種類ずつ植えられている。

### 【不動寺(撫子)】

ナデシコ科ナデシコ属の植物。紅から淡いピンク色の優しい色の花をつける。(7月下旬~10月上旬)

### 【真性寺(女郎花)】

オミナエシ科オミナエシ属。草の丈は60cm~100cm程で黄色い花を咲かせる。(7月中旬~9月下旬)

### 【法善寺(藤袴)】

キク科ヒヨドリバナ属の植物。淡い紫紅色の小さな花を付ける。乾燥させると桜餅の葉のような香りを放つ。(9月上旬~10月上旬)

### 【多宝寺(桔梗)】

キキョウ科の植物。多宝寺では、7月に一番花を刈り取り、他の七草に合わせ、白や紫色の美しい二番花を咲かせる。(7月下旬~9月下旬)

### 【洞昌院(萩)】

マメ科ハギ属の落葉性の低木で、多数の細い枝を弓状に伸ばす。花は豆のような蝶型花である。(7月中旬~9月下旬)

### 【遍照寺(葛)】

マメ科のつる性の植物。花は、甘い芳香を発生し、穂状花序が立ち上がり、赤紫の豆の花を咲かせる。(8月上旬~9月中旬)

### 【道光寺(尾花)】

イネ科の多年草。ススキの別称。穂が獣の尾のような形をしていることから尾花と呼ばれている。(7月下旬~10月上旬)

