諏訪大社
上社

遊歩道でつなぐ 前宮・本宮 散策マップ

問い合わせ先

◉平　日（12月29日から1月3日までを除く）8時30分から17時まで
茅野市中央公民館……☎0266-72-3266
諏訪市公民館……☎0266-53-6219
◉土日・祝日・休日（12月29日から1月3日までを除く）9時から16時30分まで
茅野市神長官守矢史料館……☎0266-73-7567
茅野市八ヶ岳総合博物館……☎0266-73-0300
諏訪市博物館……☎0266-52-7080

交通案内

■ 前宮

前宮までは、公共交通機関はありません。
・JR茅野駅から、1.8㎞ 徒歩25分
　タクシー 約10分　1,500円程度
・中央道高速バス「茅野」から、1.8㎞ 徒歩25分
・中央道諏訪I.C.から、2㎞　車で約5分
　ナビは「0266-72-2589」（宮川第2保育園）で設定
・かりんちゃんバス「上社」から1.6㎞ 徒歩20分

■ 本宮

・【かりんちゃんバス】
「上諏訪駅西口」から市内循環線「内回り」で「上社」下車
「上社」から市内循環線「外回り」で「上諏訪駅東口」下車
・【かりんちゃんライナー】
「上諏訪駅西口」から約20分　「上社」下車
「上社」から約35分　「上諏訪駅西口」下車
・中央道諏訪I.C.から、2㎞　約5分
・ナビは「0266-52-7080」（諏訪市博物館）で設定

※どのバスも、料金は大人150円　子ども80円
※お問い合わせは
　アルピコ交通茅野営業所　☎0266-72-7141
※バスについては「諏訪市かりんちゃんバス」で検索

企画・編集・発行：茅野市中央公民館　茅野市宮川4552-2
：茅野市中央公民館 学習専門委員会
：諏訪市公民館　諏訪市湖岸通り5-12-18
：中洲公民館 中洲の歴史を語る会
制　　作：株式会社中央企画　岡谷市川岸上1-1-20
印 刷 ・ 製 本：中央印刷株式会社　岡谷市川岸上1-1-20
令和3年3月3日 第2版発行

諏訪大社

諏訪大社は、信濃国一之宮、神位は正一位、全国各地にある諏訪神社の総本社であり、国内にある最も古い神社の一つとされています。諏訪大社には４つの社があります。上社は茅野市宮川に前宮、諏訪市中洲に本宮があり、下社は下諏訪町に春宮と秋宮があります。

上社前宮

前宮は、神殿といって建御名方神の子孫とされる現人神である大祝の館で、重要な儀式が行われる場所でした。前宮の神殿に住んでいた大祝は、戦国時代に館を宮田渡（マップの⓭大祝邸）に移したので、前宮一帯にあった多くの建物は消滅してしまいましたが、現在でも、御頭祭（酉の祭）が前宮の十間廊で行われるなど、重要な神事は前宮で行われます。

❶ 十間廊

間口3間、奥行き10間の長い吹き抜けの廊下。戦国時代まで諏訪祭政の行われた所で、全ての貢ぎ物はここで大祝に差し出されました。また、多くの神事もここで行われました。中でも重要な御頭祭（酉の祭）はここで行われ、鹿の頭75頭をはじめ山海の幸が積み上げられて祭が行われました。神と共に食事をすることが祭で、神と共に飲んで食べて満腹になり神の幸をたたえたといわれています。

岡谷茅野線「前宮前」の信号を渡り、白い鳥居の先に内御玉殿・十間廊・社務所があり、その先 200m ほど上ると前宮本殿があります。

❷ 内御玉殿

神原の中心の社。儀式では、扉が開けられると、現人神である大祝が御神宝である『真澄の鏡』を胸に飾り、『弥栄の鈴』を打ち振って神々しくお出ましになりその姿を人々が拝み、神の威厳が示されたといわれています。普段は、それらの御神宝を納めてありました。

❸ 前宮水眼広場・交流センター前宮

令和２年6月に完成した前宮水眼広場は、前宮本殿の横を流れる水眼の清流を取り入れた親水池や水車のある公園です。公園内には、周辺史跡などに関する展示スペースやトイレを併設した「交流センター前宮」があります。こちらでは、地域の方による地元食材を使ったお食事をいただけます（不定休）。

❹ 前宮本殿

古くは神殿に附属した摂社の前宮社でした。明治以降に上社前宮となりました。高台で豊富な水や日照が得られる良き地で、御祭神が最初に居を構えられ、諏訪信仰発祥の地と伝えられています。現在の社殿は昭和7年（1932年）に伊勢神宮の御用材を頂いて建られたものです。本殿の脇を流れているのは『水眼の清流』と呼ばれ、神殿のみそぎの水として使われていました。約1㎞上流の山腹から湧き出ている断層性の水のため水温・水量ともに、一年中ほぼ同じです。

❺ 峯の湛

古くからの信仰として、巨木・巨石などに降りてくる神があり、ミシャグジ神といわれていました。巨木は湛木と呼ばれ、この木の下で神事が行われました。この高部の火焼山のイヌザクラは樹齢約200年。湛木として現在までその姿を残している唯一の巨木で〝峯の湛〟と呼ばれています。

右の屋根は前宮本殿、中央は水眼の清流、左は手前が二之柱、奥が三之柱。三之柱の左脇を 100m ほど上ると右手に遊歩道の入口があります。

現在の社務所周辺はかつての大祝の住居で神殿跡といいます。この付近一帯は神原と呼ばれ、長野県の史蹟に指定されています。

神長官守矢史料館

❻ 神長官守矢史料館

守矢家は、江戸時代末まで、代々上社の神官のトップの役職「神長官」をしていました。この守矢家の敷地に守矢家に伝わる古文書や儀式にまつわる史料などを展示する神長官守矢史料館が建っています。周囲に守矢家祈祷殿・御頭御社宮司総社・大祝諏方氏墓地があります。

❼ 高過庵・低過庵　❽ 空飛ぶ泥舟

神長官守矢史料館の山側に、建築家として高名な藤森照信氏のユニークな作品があります。南側から高過庵・低過庵・空飛ぶ泥舟です。3つとも基本的には茶室です。藤森照信氏はこの近所の出身で、神長官守矢史料館も彼の作品です。高過庵・低過庵・空飛ぶ泥舟の敷地は私有地のため、立入りはご遠慮ください。

武居畑遺跡展望台（ビューポイント）

武居畑遺跡展望台付近は八ヶ岳方面と諏訪湖方面を望む絶好のビューポイントです。西方の尾根には武居城址があり、諏訪氏の重要な城がありました。展望台のある台地は武居畑遺跡で、縄文から中世にかけての諏訪市内でも最大級の遺跡です。

❾ 法華寺

天正10年（1582年）武田攻めの時、織田信長が法華寺に本陣を置き14日間滞在しました。一説には、このとき信長が他の家臣の前で明智光秀を罵倒したことが「本能寺の変」の引き金になったと伝えられています。また、赤穂浪士の討ち入りで大石内蔵助らに仇討ちをされた吉良上野介の孫の吉良義周の墓もあります。

岡谷茅野線歩道から

⓫ 北斗神社

寿命の神様である天御中主命（北極星）をお祀りしています。本殿は文政8年（1825年）白鳥弥四郎が手掛けたもので見事な彫刻です。岡谷茅野線の方から約200段の階段を上って参拝します。

⓬ 権祝邸

上社では、「五官」といって、神長官・祢宜太夫・権祝・擬祝・副祝が、それぞれ世襲で現人神である大祝を奉じて上社の祭祀を行っていました。ここは権祝をつとめた矢島氏の屋敷です。

⓭ 大祝邸

上社の現人神である大祝の屋敷。もともとは前宮の神原の神殿に住んでいましたが、戦国時代にこの地に移ってきました。以前は大きな建物でしたが、現在は五分の一程度の大きさになっています。

諏訪市博物館

諏訪大社や御柱祭、御神渡りなど諏訪の歴史や風土にかかわる資料を展示している諏訪市博物館。足湯もあります。

上社本宮

本宮は現在上社の中心で、祭神は建御名方神です。諏訪大社がいつ頃からこの地に鎮座したか不明ですが、建御名方神は「古事記」の国譲りの話に見られるので、少なくとも奈良時代には鎮座していたものと思われます。はじめは、風・水の神として知られ、平安時代以降、軍神としても広く崇敬されました。特に鎌倉幕府の源氏・北条氏は諏訪明神を深く信仰し配下の武士たちに諏訪信仰をすすめたので、諏訪神社は全国に分社が広がったといわれています。江戸時代には幕府や諏訪高島藩から社領を寄進されました。明治の神仏分離によって上社神宮寺はなくなりましたが、現在も諏訪大社は庶民の信仰を集め、全国から大勢の方が参拝に訪れます。

㋐ 布橋　㋓ 額殿　㋒ 十三所遥拝所　㋔ 大国主社

布橋は、大祝らが歩くときにここに布を敷いたのでこのような名前になったといわれています。額殿には大きな絵馬がかけられています。十三所遥拝所は上社の摂末社をまとめて拝めるようにした場所です。大国主社は建御名方神の父神の大国主命を祀っています。

㋕ 東宝殿・四脚門・西宝殿

四脚門は、慶長13年（1608年）に徳川家康によって寄進されたと伝えられています。本宮で最も古い建物です。宝殿は、四脚門をはさんで東と西にあります。宝殿は御柱の年ごとに交互に建て替えられ、古い宝殿の神輿を御柱の年の6月15日に建て替えた宝殿に移します。

本宮の北参道。左には約300台収容の大駐車場があります。両側には土産物屋などが並んでいます。

⑩ 幣拝殿

諏訪大社には本殿がなく上社は神体山を御神体としています。正面の幣拝殿は嘉永3年（1850年）に落成したもので、大工は立川和四郎富昌。斎庭をはさんで四脚門の正面、神体山に向かって「硯石」と呼ばれる巨石があり、諏訪明神が降臨したとされる霊石となっています。

写真奥は「二之鳥居」。正面の入口で、御柱もこの鳥居をくぐります。左には約 30 台収容の駐車場があります。

㋖ 御柱

御柱は申と寅の年に行われる諏訪大社式年造営御柱大祭に社殿の四方に建てられます。御柱の長さは、一之柱は五丈五尺（約16.6m）、二之柱、三之柱、四之柱と五尺（約1.5m）ずつ短くすることになっています。

㋗ 天流水舎

天流水舎は、どんな晴天の日でも雫が水受けから入り、諏訪の七不思議の一つである宝殿の軒からの天滴とともに水屋にたまるとされ、日照りの時この水を持ち帰り神事をすると必ず雨が降るといわれていました。