

日本三霊山を 巡る旅「三禅定」

かつてこの三山を一度に登拝、巡礼する「三禅定」と呼ばれる壮大かつ過酷な習俗がありました。江戸時代には東海地方の人々が盛んに行っており、夏場に1～2カ月をかけて、この三山を巡りました。

※禅定：霊山への登拝



「越中おわら節」の一節より

えっちゅう たてやま か が はくさん
越中で立山 加賀では白山
(富山県) (石川県)

するが ふじさん
駿河の富士山 三国一だよ
(静岡県)

「越中おわら節」が歌われる「おわら」は、富山県八尾町で約三百年前から受け継がれています。



日本三霊山とは

古くより山岳信仰の盛んな日本において、信仰の対象となる神聖な山を「霊山」と呼んでいます。立山、白山、富士山もそれぞれ古くから信仰を集め、江戸時代にはこの三つの山を巡る「三禅定」も盛んに行われました。立山・白山・富士山は「日本三霊山」や「三名山」と称され、「越中おわら節」の一節にも登場します。

～歴史を学べる施設～

富山県 [立山博物館]

「立山の自然と人のかかわり」をテーマに、立山山麓の芦峯寺集落に立地し、11ある施設と集落の景観や史跡などから立山の自然、歴史、文化を紹介しています。

中新川郡立山町芦峯寺93-1
TEL.076-481-1216



石川県立歴史博物館

豊富な実物資料をはじめ、趣向を凝らした映像、精巧なジオラマなどにより、石川の歴史や文化をわかりやすく学べます。

金沢市出羽町3-1
TEL.076-262-3236



静岡県富士山世界遺産センター

「富士山 - 信仰の対象と芸術の源泉」を後世に守り伝えて行くための拠点施設です。国内外の多くの方に歴史、文化、自然など富士山を多角的に紹介しています。

富士宮市宮町5-12
TEL.0544-21-3776



富山県、石川県、静岡県は、三霊山が有する歴史的・文化的価値を活用し、地域振興と交流拡大を図るため、連携協定を締結し、様々な分野で連携・協力しています。



富山県



石川県



静岡県

日本三霊山

△ 富士山信仰の歴史

古の人々にとって、高く美しい富士山(3,776m)は、噴火や溶岩流出を繰り返す恐ろしくも神秘的な山であり、神が宿る山として畏れられ「遙拝」の対象として敬われてきました。

噴火活動が沈静化する平安時代(794~1185年)後期以降は、日本古来の山岳信仰と密教等が習合した「修験道」の道場として次第に「登拝」する山へと変化していき、室町時代(1336~1573年)後半になると一般庶民も富士山に登拝するようになりました。



「絹本着色富士曼荼羅図」
富士山本宮浅間大社蔵、国指定重要文化財
(十六世紀初め~中頃)

江戸時代(1603~1868年)中期には関東を中心に「富士講」が大流行し、明治時代(1868~1912年)には女性の山頂登山が解禁され、信仰登山の要素が薄れた現在でも、多くの人々が山頂を目指し登山しています。



白山
hakusan



「絹本着色白山曼荼羅図」
能美ふるさとミュージアム蔵、石川県指定有形文化財
(寛政元年)

△ 白山信仰の歴史

白山は最高峰の御前峰(2,702m)を中心とした山々の総称で、大汝峰(2,684m)、別山(2,399m)、剣ヶ峰(2,677m)、三ノ峰(2,128m)を合わせて「白山五峰」と呼ばれています。

平安貴族に「越のしらやま」の名で親しまれたこの山は、奈良時代の養老元年(717年)、越前の僧「泰澄大師」により開山され、その後越前・加賀・美濃の三方から山頂への登拝道(禅定道)が開かれたと伝わります。遅くとも平安時代後期(12世紀)には「修行の山」として知られるようになり、多くの修行者が訪れました。

江戸時代(1603~1868年)になると交通の発達とともに、娯楽としての旅が盛行します。庶民も白山に登るようになり、刷物や紀行文などで山頂の景色が広く知られるようになりました。現在も夏から秋にかけて多くの登山者で賑わい、風光明媚で自然豊かな山として、人々に親しまれています。

△ 立山信仰の歴史

立山は、雄山(3,003m)、大汝山(3,015m)、富士ノ折立(2,999m)を本峰としています。

古くから「神が住む聖なる山」として遙拝されてきました。その後、仏教の広がりとともに「仏の山」として信仰され、「修験の山」や「地獄のある山」としても知られるようになります。また、江戸時代(1603~1868年)には立山登拝によって墮地獄から逃れられると信じられるとともに、「女人救済の山」として女性たちの信仰も集めました。

現在も、雄山山頂に雄山神社の峰本社が祀られ、日本最古の山小屋である立山室堂(国指定重要文化財)や平安時代(794~1185年)からの石仏・石塔などものこされており、1300年以上続く立山信仰の世界を感じることができます。



「立山曼荼羅」善道坊本
富山県 [立山博物館] 蔵 国指定重要有形民俗文化財
(江戸時代後期)



富士山
fujiisan



立山
tateyama

△ 立山の自然

立山で出会える動植物

立山には特別天然記念物に指定された貴重な動物が息しています。また、高山帯の厳しい環境で美しく咲く花々も魅力の一つです。



ライチョウの親子
5月中旬から7月上旬が
最も観察しやすい時期



チングルマ
草花に見えて、
実は木の仲間



立山自然保護センターでは、
立山の動植物や、
ライチョウの最新目撃情報を
提供している

ラムサール条約登録湿地

立山弥陀ヶ原・大日平 (2012年7月)

弥陀ヶ原は、標高約1,600mから約2,000mに広がる火山活動により形成された高原湿地です。貴重な自然環境として国際的にも認められており、称名峡谷を挟んで対岸に位置する大日平とともに、重要な湿地を保全することを目的とした条約である「ラムサール条約」にも登録されています。



落差 350mと
日本一を誇る称名滝



「水の王国」立山の秘密は、
立山の雪解け水



「ガキ(鰍)の田」と
呼ばれる池塘(小さな池)

△ 立山の登山道

室堂登山口～一ノ越～雄山コース

頂上には雄山神社峰本社が鎮座しています。室堂(標高2,450m)までは立山黒部アルペンルートで一気に到達できるので、高山病には注意しましょう。また、しっかりとした登山装備が必要です。



△ 白山の自然

花の名山～高山植物が咲き競うお花畑～

高山植物が豊富にあることから「花の名山」とも呼ばれ、美しいお花畑が登山客を魅了します。



まさに花の名山
お花畑の中を歩く



整備された登山道から
眺望を楽しめる

白山手取川ジオパーク

ユネスコ世界ジオパーク認定(2023年5月)

白山から手取川を通して日本海に至るエリアで繰り返される「水の旅」「石の旅」をキーワードとしたジオパークが、白山手取川ユネスコ世界ジオパークです。火山や化石、峡谷や扇状地など、大地の成り立ちを自然と人との関わりの中で体感できます。



白山手取川ジオパーク
Hakusan Todorigawa Geopark



雪渓と湖を見ながら歩く
山頂お池巡りコース



白山を源として流れる
手取川沿いに広がる扇状地

(写真提供:白山手取川ジオパーク推進協議会)

△ 白山の登山道

砂防新道・山頂お池巡りコース

頂上の御前峰付近には白山比咩神社の奥宮が鎮座しています。季節ごとに色鮮やかに咲く高山植物や、火口湖群や黒ボコ岩などの雄大な自然景観が魅力です。自然の力強さ、荘厳さを感じることができます。道中にはトイレや避難小屋が整備されています。



△ 富士山の自然

富士山自然休養林

富士山南麓の2~6合目に位置する広さ約1,800haの森林です。13の遊歩道があり、誰もが気軽に散策や森林浴を楽しむことができます。



きれいな空気の中で心身ともに
リフレッシュできる富士山のすそ野



登拝する道者も立ち寄った
風穴の須山御胎内も散策できる

宝永山・宝永火口

1707年(宝永4年)に大規模な噴火があり、宝永火口をつくり、東側に火山灰による広大な火山荒原を形成しました。この大噴火の後は噴火活動を休止しています。



火山のダイナミックな姿を
堪能できる



宝永第一火口縁から見た景色
雲の上から雄大な景色を
見ることができる



厳しい環境のなかで
生きる高山植物

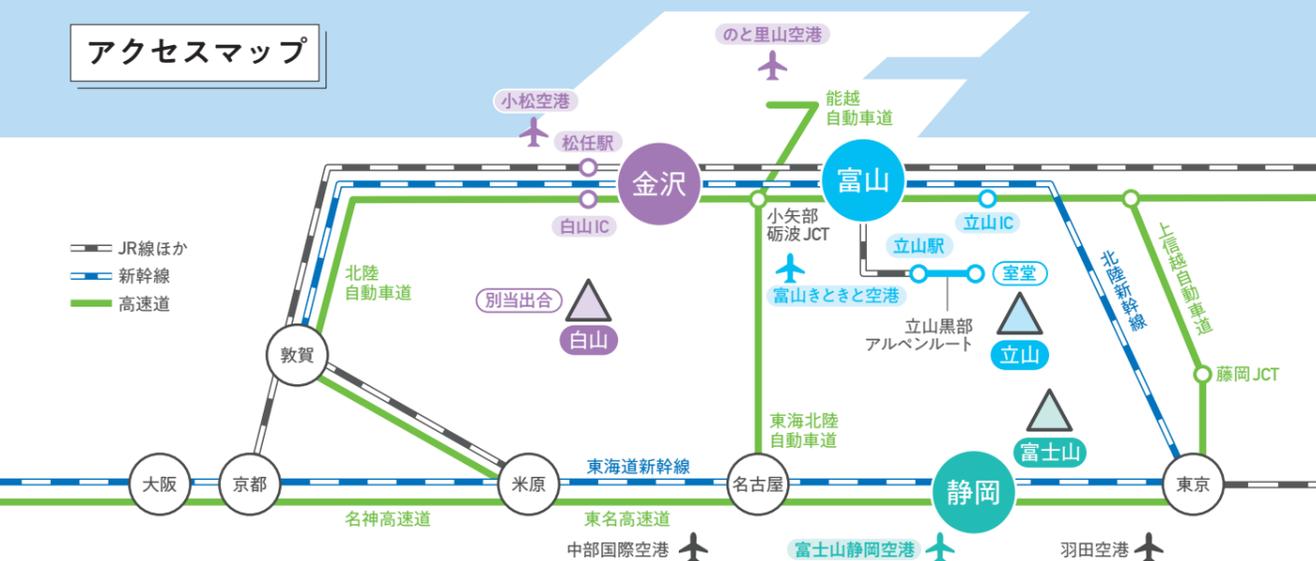
△ 富士山の登山道

富士宮口登山道・御殿場口登山道・須走口登山道

世界遺産として認められた登山道は4つあり、「信仰の対象」の側面に基づく登拝・礼拝の場として古くから親しまれています。そのうち、「富士宮口登山道」「御殿場口登山道」「須走口登山道」の3つが静岡県側にあります。富士宮口登山道は山頂までの距離が最も短く、御殿場口登山道は高低差1,000mを一気に下る大砂走りがあり、須走口登山道は緑豊かな樹林帯が魅力です。



アクセスマップ



△ 立山

△ 白山

△ 富士山

富士山きときと空港から立山駅まで車で約1時間、北陸自動車道・立山ICから立山駅へアクセス可能です。JR富山駅からは、富山地方鉄道で立山駅へ。立山駅からはケーブルカーと高原バスを乗り継ぎ、室堂へアクセスできます。

小松空港から登山口まで車で約1時間。北陸自動車道・白山ICから、登山口へアクセス可能です。JR金沢駅またはIRいしかわ鉄道松任駅からは、登山シーズン中に運行される登山バスとシャトルバスで登山口までアクセスできます。

富士山静岡空港から登山口まで車で約2時間。東名高速道路・御殿場IC、富士IC等から各登山口へアクセス可能です。※開山期間中、富士宮口・須走口はマイカー規制がありますので御注意ください。JR三島駅、富士駅、富士宮駅、御殿場駅、新富士駅より登山バスを利用できます。