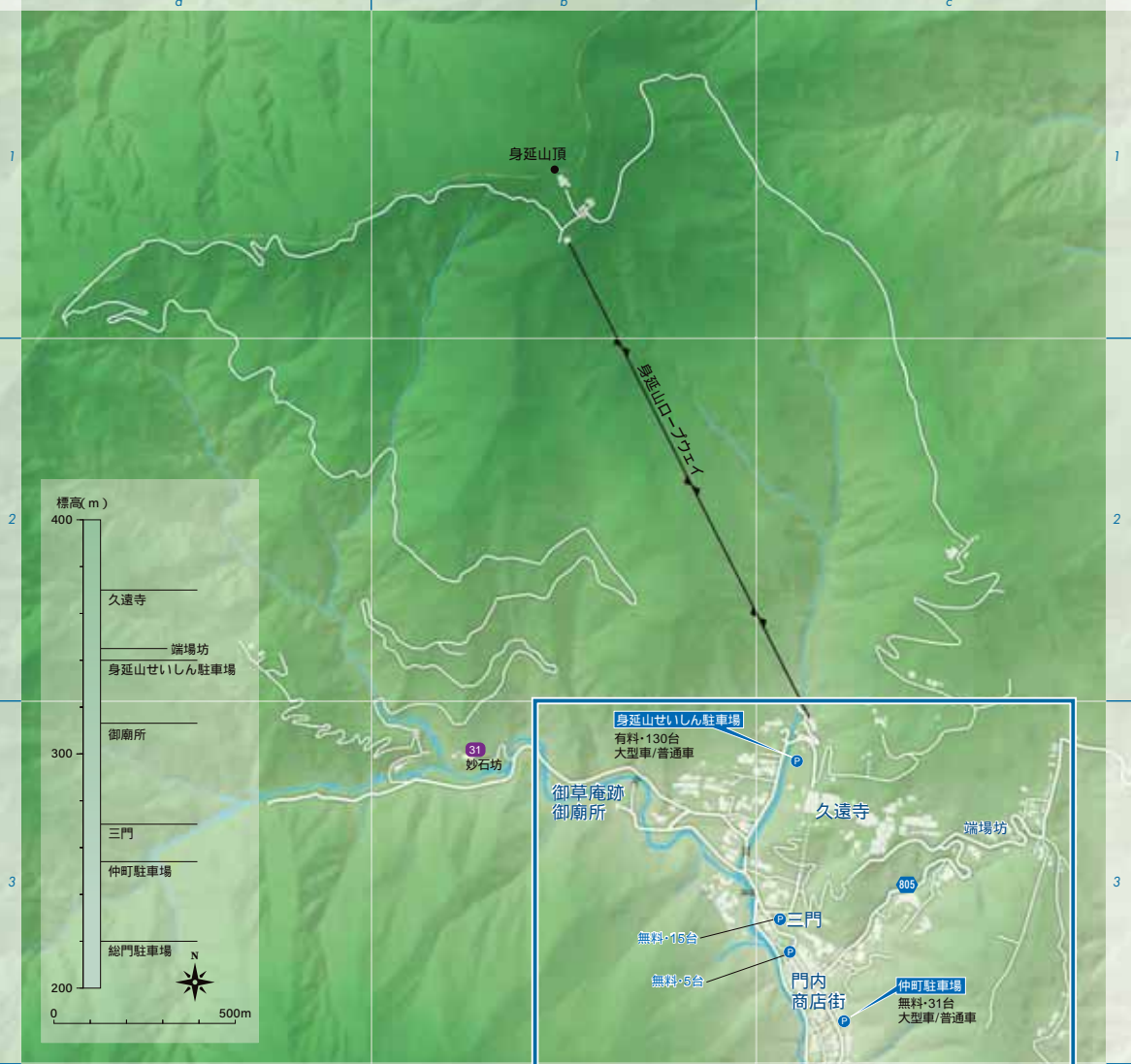


# 身延山久遠寺周遊ルート

Minobu-san Kuonji tourist route

## 癒し体験



身延の魅力を紹介  
各施設に設置されたQRコードを読み込んでみよう!

施設にまつわる伝説や解説、商店などのオススメ情報を詳しく紹介しています。

マークの施設にあります。

身延山久遠寺

## 心身を研ぎ澄ます霊山体験



法華経の根本道場である久遠寺には、世界各地から修行者が集まります。日蓮聖人が入山して厳しい生活を送りながらも、法華経の読誦、門弟の教育などをして過ごした身延山は、本格的な修行の場であるとともに、日蓮聖人の足跡をそここに感じられる、心の聖地でもあります。心と体を研ぎ澄ましてくれそうな霊山。迷いや不安の克服はもちろん日日常から離れてリラックスするために訪れる人も多いのが、ここ身延山です。身延山ならではの空気に触れて心まで癒される体験ができてます。

身延山宝物館(久遠寺大本堂内)では気軽に写経体験ができます

身延山宝物館(久遠寺大本堂内)では気軽に写経体験ができます

## 久遠寺では写経や朝勤見学 各宿坊でも多彩な体験ができますよ

山に響き渡るかのような読経が久遠寺を包み込む、朝のお勤め。身延山の宿坊に泊まったら、まずは早起きして朝勤(ちょうごん)見学に行くのがおすすめです。見学するだけでもきっと清々しい気持ちになれるですよ。

身延山久遠寺では依頼すれば案内をしてくれます。より深く身延山を知る貴重な体験です(予約 0556-62-1011布教部/1時間1人300円)。また、身延観光ボランティアガイドと一緒に歩けるプランも人気です(身延観光センター事前予約制/1時間1,000円)。身延山を歩いていると、由緒ある史跡や魅力的な宿坊に出会えます。気になるお寺を見つけたら、ぜひ立ち寄りしてみてください。

「修行体験はしてみたいけれど、いきなり本格的な修行はできそうもない」そんな人にぴったりなのが、宿坊や商店街でできる初心者向けの体験です。はじめての修行体験としておすすめののは、写経や唱題行。写経体験は久遠寺大本堂地階の宝



物館や奥の院思親閣の控室に気軽にできるほか、予約すれば多くの宿坊で体験できます。お題目を唱える唱題行や誰でも参加可能な静坐会など、それぞれの宿坊では独自の体験メニューを用意しているので、気になる体験については各宿坊にお問い合わせください。



湯薬料理(覚林坊)

身延山に訪れたことはあっても、なかなか経験する機会がないのが修行や宿坊体験です。お寺だからこそできる体験や施設で気軽に楽しむものなど、自分に合ったスタイルで満喫したい、身延の癒し。さあ、「自分を癒す」素敵な身延の休日ののはじまりです。



宿坊で過ごす静かな時間(覚林坊)

このマップに掲載の地図は、地形データを加工して作成されました。



道路事情により所要時間は変化します。

**お車**

- 東京 身延 約1時間 約30分 所要時間
- 静岡 身延 約2時間 約30分 所要時間
- 長野 身延 約4時間 所要時間
- 岐阜 身延 約2時間 約30分 所要時間
- 富山 身延 約2時間 約30分 所要時間
- 石川 身延 約2時間 約30分 所要時間
- 福井 身延 約2時間 約30分 所要時間
- 滋賀 身延 約2時間 約30分 所要時間
- 京都方面から
- 新橋 身延 約2時間 約30分 所要時間
- 東京 身延 約2時間 約30分 所要時間
- 静岡 身延 約2時間 約30分 所要時間
- 静岡駅前 身延 約1時間 所要時間

道路事情により変化します。

**電車**

静岡駅前 身延 約30分 所要時間

**バス**

新橋方面

身延



# 身延山久遠寺 周遊ルート

Minobu-san Kuonji tourist route

## 癒し体験



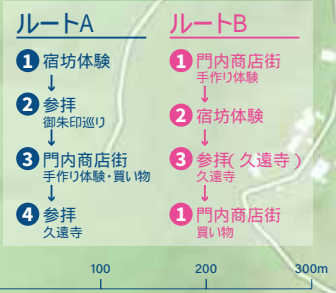
**商店街店舗の記号について**

通り名の頭文字 | 位置番号 (起点から概ね20m)

起点 [ ] 偶数 | 門前通り | 奇数

左側 偶数 | 右側 奇数

通り名の頭文字です。通りの起点から概ねの距離を位置番号とします(10m単位)。起点を背に右側に奇数、左側に偶数を表示します。記号が重複する場合は、末尾に「かな」を追加します。



Minobu-san Kuonji tourist route

## 癒し体験

身延山久遠寺境内や御草庵跡・御廟所に参拝をして、癒し体験をしながら身延山を巡るルートです。春には桜の名所の宿坊でお茶をいただいて、ひと息つきながら歩くことができます。

1日コース

### 1 宿坊体験

修行者が泊まることのできる身延山の宿坊では、写経、唱題行、静坐会などさまざまな体験ができます。各宿坊で体験内容が異なりますので、まずはお問い合わせを。

- 写経** 身延山宝物館(久遠寺大本堂内)③では所願満足、夫婦円満、良縁成就など、お経の一文を選んで写経体験ができます(9時~16時 入館は15時30分まで/5分~拝観料300円に代金は含まれます)。写経は奥之院思親閣控室や多くの宿坊でも体験できますよ。
- 唱題行** 志摩房②(要予約/30分~お灯明料300円)お題目を唱える修行が唱題行です。太鼓などの音にあわせて南無妙法蓮華經を唱える初心者でも体験できる修行です。
- 静坐会** 窟之坊⑬(要予約/1回300円)呼吸と心を整える静坐会。はじめての静坐は宿坊で体験してみませんか。正座ができないときには、椅子やくらでも体験できるので安心です。

### 精進料理

宿坊に泊まってぜひ楽しみたいのが、各坊自慢の旬や地元食材を生かした身体に優しい精進料理。女性や外国からの観光客にも好評です。



端場坊⑬で伝統的な宿坊体験。精進料理も楽しみの1つ。

### 2 参拝 / 御朱印巡り

身延山久遠寺はもちろん多くの宿坊で御首題・御朱印を巡ることが出来ます。御廟所⑪でも受付をしていますので、参拝しながら御朱印巡りをすれば素敵な記念になりますね。



天草を煮出したところてん 蓮華庵⑪

### 3 門内商店街

門内商店街には、身延の歴史と暮らしが感じられるお店がずらり。甘味処やカフェ、テイクアウトできるお店も要チェック。参拝記念には腕輪・珠数作り体験がおすすめです。

珠数作り体験もできる 三河屋珠数店⑫ 予約 0556-62-0136

身延の特産品・生湯葉は 武州屋⑫で購入できます \*表面の広域MAP c-4

### 4 参拝

#### 朝勤見学

久遠寺では朝のお勤めが行われており、誰でも見学・参加できます。大本堂から誂経が響き渡る様子は圧巻。(4~9月午前5時30分~、10~3月午前6時~)

**お山 de YOGA**  
本堂ヨーガ・三門ヨーガ・報恩ヨーガなど、季節によって時間・場所が変わります。身延山久遠寺公式Facebookにてお知らせします。料金:おこころざし(お賽銭)



### 一般の人もOK! 身延山でできる体験

**万灯行列** 身延山久遠寺大鐘樓のダイナミックな鐘つきは必見! 朝夕だけの驚きの参詣体験です。2月の「節分会」には、力士をはじめ著名人が登場。10月の宗祖御会式で行われる

「通夜説教」や全国から万灯講が集まる「万灯行列」も見どころです。身延山大学仏像制作修復室⑩の見学は、仏像好きにはたまらない体験。ここにしかない体験を試してみませんか。

身延山大学工場の仏像制作の様子

### 癒し体験ができる場所

はほのぼほ 端場坊 0556-62-0777	身延町身延3493	web site
たいしほぼほ 大乗坊 0556-62-0025	身延町身延3506	
かづのぼほ 覚林坊 0556-62-0014	身延町身延3510	web site
たいしほぼほ 大善坊 0556-62-0056	身延町身延3513	
まつしほぼほ 松井坊 0556-62-0022	身延町身延3566	
くほのぼほ 窪之坊 0556-62-0067	身延町身延3539	web site
えげんぼほ 恵善坊 0556-62-0078	身延町身延3568	
ほんぼほ 本行坊 0556-62-0019	身延町身延3610	
しまのぼほ 志摩房 0556-62-0271	身延町身延3543	web site
しみずぼほ 清水房 0556-62-1054	身延町身延3616	
ひのまぼほ 樋澤坊 0556-62-0050	身延町身延3600	
やまのぼほ 山本坊 0556-62-0041	身延町身延3560	web site
きたのぼほ 北之坊 0556-62-0230	身延町身延3595	
りんぞぼほ 林蔵坊 0556-62-0111	身延町身延3588	
たけのぼほ 竹之坊 0556-62-0013	身延町身延3569	web site
きのぼほ 岸之坊 0556-62-0072	身延町身延3591	
ちじくぼほ 智寂坊 0556-62-0149	身延町身延3582	
ふもとぼほ 麓坊 0556-62-0071	身延町身延3617	web site
みよきぼほ 妙石坊 0556-62-0238	身延町身延4181	広域MAP b-3
たけいぼほ 武井坊 0556-62-0016	身延町身延3583	web site

体験内容は時期によって異なる場合があります。事前にご確認ください。