



食文化創造都市
鶴岡
City of Gastronomy
TSURUOKA



地域共生全国ネット 第4回全国の集い in 鶴岡 2025 様

出羽三山「生まれかわりの旅」 精神文化に触れる体験ツアー企画書

「つるおか」の旅

「詣でる つかる 頂きます」

出羽三山の旅は、「**精進潔斎**」して生まれかわり、下山後は、温泉につかって俗世に戻り、地酒や旬の食材、海の幸を頂く「**精進落とし**」の流儀を楽しみました。

詣でる、つかる、いただきますは、寺社仏閣を詣で、大地の恵みに感謝して頂く**リフレッシュの旅**。日本古来の自然と信仰のご縁を今に伝える「**鶴岡の旅**」の**新しい提案**です。



生まれかわりの旅



出羽三山は、山形県の中央にそびえる羽黒山(414m)・月山(1,984m)・湯殿山(1,504m)の総称であり、月山を主峰とし羽黒山と湯殿山が連なる優美な稜線を誇ります。

およそ1,400年前、崇峻天皇の御子の蜂子皇子が開山したと言われる羽黒山は、羽黒修験道の行場であり中枢です。

修験道とは、自然信仰に仏教や密教が混じり生まれた日本独特の山岳信仰です。羽黒修験道の極意は、「羽黒山」は人々の現世利益を叶える山（現在）、「月山」はその高く秀麗な姿から祖霊が鎮まる過去の山（過去）、「湯殿山」はお湯の湧き出る赤色の巨岩が新しい生命の誕生を表す山（未来）と見立てることで、生きながら新たな魂として生まれかわることができるという巡礼は、江戸時代に庶民の間で、現在・過去・未来を巡る「生まれかわりの旅」（羽黒修験道では「三関三渡さんかんさんどの行」と言う。）となって広がりました。

地域の人々に支えられながら、日本古来の、山の自然と信仰の結び付きを今に伝えています。

見学先

●出羽三山神社 羽黒参籠所斎館

羽黒山参籠所で現在は参拝客の宿泊所、食事処として利用され精進料理が提供される。精進料理の食材のほとんどは出羽三山山麓で採取された山の恵みを受けたもので、伝統の技法で丁寧に調理し上品で洗練された味わいを楽しめる。



●出羽三山神社 羽黒山五重塔

羽黒山参道、“一の坂”上り口の杉並木の中にある。東北地方では最古の塔といわれ、平将門の創建と伝えられる。現在の塔は、約600年前に再建されたものといわれる。高さが29.0mの三間五層柿葺素木造で、昭和41年には国宝に指定された。近くには樹齢1000年、樹の周囲10mの巨杉“爺杉”がある。



●本明寺

山形県最古の即身仏『本明海上人』を祀るお寺で、庄内藩主・酒井家の祈願寺とされてきた。即身仏とは、飢餓や疫病に苦しむ人々を救うために過酷な修行を経て自らの身体をミイラ化した僧侶のことをいう。



食文化創造都市
鶴岡
City of Gastronomy
TSURUOKA



行程表・費用

旅行代金【概算】：10,000円（税込）

最少催行人数：20名（募集40名） お申込締切日 8月8日（金）

※定員になり次第、募集を終了いたします。

お申込フォーム



月 日	行 程
10/11 (土)	貸切バスで移動 11:30 11:40 12:20 12:30 東京第一ホテル鶴岡 === 鶴岡駅 === 羽黒山頂駐車場……三神合祭殿(自由参拝)…… 12:45~13:45 13:55 ……手向出羽三山神社 羽黒山参籠所斎館（精進料理の昼食）……羽黒山頂駐車場 === 14:20 15:00 15:30~16:30 == 羽黒山随神門…五重塔（参拝）…羽黒山随神門 == 不動山 本明寺【御祈祷・即身仏参拝】 ★白装束を着た山伏ガイドのご案内 17:00 17:10 == 鶴岡駅 === 東京第一ホテル鶴岡

旅行代金に含まれるもの 交通費（大型バス運行）、拝観料、昼食代、ガイド料

旅行代金に含まれないもの 出発地点までの交通費、個人的性質費用（個人で購入した飲み物代など）

Confidential =転載・再配布禁止=

DEGAM 鶴岡ツーリズムビューロー



[旅行条件＜要約＞]



食文化創造都市
鶴岡
City of Gastronomy
TSURUOKA



お申し込みの前に必ずご確認ください

- この旅行は一般社団法人DEGAM鶴岡ツーリズムビューロー（以下「当社」という）が旅行を企画して実施するものであり、お客様は、当社と募集型企画旅行契約（以下「契約」という）を締結することになります。また、契約の内容・条件は、出発前にお渡しする確定書面（行程ご案内）及び当社旅行業約款募集型企画旅行契約の部によります。
- 旅行代金には諸税・サービス料が含まれております
- 添乗員・バスガイドは同行致しません
- 個人情報の取り扱い：お申込頂いた旅行の手配の為に必要な範囲内で利用させていただきます。

●取消料

取 消 日	取 消 料
旅行開始の前日から起算してさかのぼって 11日前まで	無 料
旅行開始の前日から起算してさかのぼって 10日前～ 8日前	旅行代金の20%
旅行開始の前日から起算してさかのぼって 7日前～ 2日前	旅行代金の30%
前 日	旅行代金の40%
当日・旅行開始前	旅行代金の50%
旅行開始後及び無連絡不参加	旅行代金の100%



お問い合わせ



食文化創造都市
鶴岡
City of Gastronomy
TSURUOKA



一般社団法人 DEGAM鶴岡ツーリズムビューロー

【連絡先】

〒997-0015

山形県鶴岡市末広町3-1 マリカ東館2階

電話 0235 (26) 1218 FAX 0235 (26) 7322

担当／総合旅行業務取扱管理者 前田 政文、秋山 貴咲

Email: maeta.masafumi@degam.jp