

世界遺産

熊野古道 伊勢路

— 聖地への旅、
祈りの道を歩く。

三重県



紀伊山地の 霊場と参詣道

伊勢路



熊野古道伊勢路
Kumano Kodo Iseji

- 1 女鬼峠
 - 2 三瀬坂峠
 - 3 荷坂峠
 - 4 ツゾラト峠
 - 5 一石峠・平方峠・熊ヶ谷道
 - 6 始神峠
- ### 7 馬越峠

P4へ
- 8 八鬼山越え
 - 9 三木峠・羽後峠
 - 10 曾根次郎坂・太郎坂
 - 11 二木島峠・逢神坂峠
 - 12 波田須の道
 - 13 大吹峠
 - 14 観音道
- ### 15 松本峠

P5へ
- 16 横垣峠
 - 17 風伝峠
 - 18 通り峠
 - 19 浜街道
 - 20 熊野川(中辺路)

2

日本のほぼ中央にある紀伊山地には、「熊野三山」「高野山」「吉野・大峯」という三つの霊場があり、自然崇拝に根ざした神道、中国から伝来し日本で独自の展開を見せた仏教、その両者が結びついた修験道など、多様な信仰の形態が育まれてきました。

2004年7月には、この三つの霊場とそれらを結ぶ参詣道、そして自然と人の営みが長い時間をかけて形成した文化的景観が、人類共有の財産としてユネスコに認められ、「紀伊山地の霊場と参詣道」として世界遺産に登録されました。

熊野三山へと続く祈りの道 「熊野古道」

霊場の一つである「熊野三山」とは、熊野本宮大社、熊野速玉大社、熊野那智大社の三社等の総称です。三社は、それぞれ独自の自然崇拝を源としましたが、主祭神を相互に祀り合い、「熊野三所権現」として信仰されるようになりました。

そして、古くより全国各地から熊野三山へと詣でるために多くの人々が訪れ、次第に田辺から山中を抜ける「中辺路」、海岸沿いに歩む「大辺路」、高野山と熊野三山を結ぶ「小辺路」、そして伊勢神宮から熊野三山への「伊勢路」が形成されていきました。この熊野三山と各地を結ぶ参詣道が、「熊野古道」と呼ばれています。

二大聖地を結ぶ道 「熊野古道 伊勢路」

日本人にとって特別な場所である伊勢神宮と熊野三山という二つの聖地を結ぶ道が「熊野古道 伊勢路」です。江戸時代には「伊勢に七度、熊野に三度」という言葉もあったほど、誰もが訪れたいと願う憧れの地でした。

伊勢神宮での参拝を終えた旅人は巡礼装束に身を改め、いくつもの険しい峠を越え、熊野の神々に祈りをささげるために熊野を目指したといえます。そのような「熊野古道 伊勢路」には、今でもその景観や歴史、文化が随所に息づいています。



熊野本宮大社



熊野速玉大社



熊野那智大社

馬越峠

Magose-toge Pass

所在地：三重県 紀北町～尾鷲市

ウォーキングルート：約7km／徒歩約3時間



熊野古道で最も美しいといわれる石畳とヒノキ林が見どころ。気軽に登れ、伊勢路の中で最も人気の高い峠道です。

見どころスポット



1 夜泣き地蔵

子どもの夜泣き封じの伝承があるお地蔵様が祀られています。



2 石畳道

重厚な自然石が折り重なるように敷き詰められた石畳道が残されています。



3 馬越不動尊

落差約20mの美しい斜瀑が流れるそばに、不動明王と役の行者が祀られています。



尾鷲ヒノキ (日本三大人工美林の一つ)

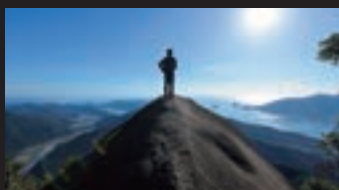
緑深々と、まっすぐにのびた木々の隙間からは木漏れ日が差し込み、神秘的。

絶景スポット



A 天狗倉山 (馬越峠から30分)

山頂にあるはしごを登ると、そこには尾鷲市街や山々を見渡せる絶景が広がっています。



B 便石山 (馬越峠から120分)

頂上付近には象の背中のように大きな岩があり、その上からの展望は最高です！

周辺のスポット



銚子川

上流から下流まで抜群の透明度を誇る銚子川。河口部では海水と淡水の境目がガムシロップのようにゆらめく「ゆらゆら帯」が観察できる。



キャンプ inn 海山

銚子川沿いにあるキャンプ場。バーベキューや川遊びなど楽しみ方いろいろ。自然に囲まれ、リフレッシュ！



おわせお魚いちばおと

水産会社直営・地魚と地場産品の店。鮮度と品揃えが自慢！食堂も併設しており、海鮮丼と寿司がおすすめ。



松本峠

Matsumoto-toge Pass

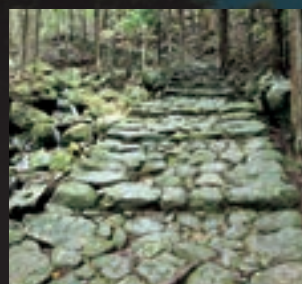
所在地：三重県 熊野市

ウォーキングルート：約5km／徒歩約2時間



標高が高くないので、山登り初心者の方でも安心。美しい石畳が残り、竹林に囲まれた峠道を楽しめます。付近には世界遺産の鬼ヶ城や花の窟など多くの見どころがあります。

見どころスポット



1 江戸の石畳

江戸時代に作られた階段状の石畳。側面は見事な石垣で固められています。



2 松本峠のお地藏様

昔、鉄砲の名手が妖怪と勘違いして撃った跡と云われる傷跡が左裾に残されています。



3 獅子岩

熊野灘に向かって吠える巨大な獅子の姿をした高さ25mの奇岩。



4 花の窟

神々の母であるイザナミノミコトの御陵であり、日本最古の神社といわれています。



熊野大花火大会

毎年8月17日に開催。
※雨天・高波の場合、予備日に順延。

周辺のスポット

熊野市観光案内所

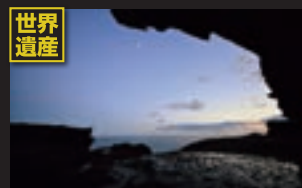
観光案内だけでなく、レンタサイクル貸出や荷物預かりも可能。



道の駅熊野・花の窟 (お網茶屋)

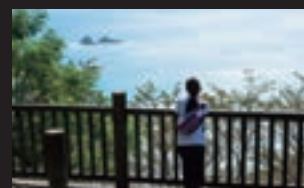
花の窟の奉納米である黒米を使用した商品や、特産品を使った食の提供を行う施設。

絶景スポット



A 鬼ヶ城

波の浸食と急激な地盤の隆起によって作られた奇岩が約1.2km続いています。



B 鬼の見晴台

松本峠から約35分。熊野灘が一望でき、疲れも吹き飛ばす雄大な眺めです。

＼他にもまだある！／

熊野古道伊勢路の見どころ

熊野古道伊勢路には、馬越峠・松本峠の他にも
たくさんのおすすめコースがあります。ぜひ訪れてみてください。



さんだんぼ

熊野川・三反帆 (P2・コース⑳)

川の参詣道として世界遺産に登録される熊野川で、3枚の帆を掲げ、川風を受けて優雅に進む川舟。雄大な景色を眺めながら優雅な時間を過ごしてみませんか。



八鬼山越え (P2・コース⑧)

古くは、西国第一の難所といわれたこのコース。急な山道が続き、歩きごたえがありますが、美しい石畳と史跡が多く残り、絶景も臨めます。

ツヅラト峠 (P2・コース④)

「ツヅラト」とは「九十九折」のことで、その名の通り、カーブが連続しています。峠道には石畳や石垣がよく保存されています。

旅のサポート情報



多言語音声ガイド [英語・中国語・台湾語・韓国語・フランス語]

熊野古道センターでは、館内で使える多言語音声ガイドをご用意しています。

旅の拠点にしよう 三重県立熊野古道センター



熊野古道をより深く体験するための情報が満載のビジターセンター。尾鷲ヒノキを6549本使用した木造建築は風格があり、美しい木目が印象的。熊野古道とその周辺の歴史、自然、文化などの展示や資料が収められており、熊野古道を訪れる方や地域の人々の交流や学習の場となっています。

住所 〒519-3625
三重県尾鷲市向井 12-4

問合せ先 0597-25-2666

URL <https://kumanokodo-center.com/>



アクセス



JR 尾鷲駅からふれあいバス（紀伊松本行）にて約10分熊野古道センター前下車すぐ

またはバス停尾鷲駅口から三重交通バス（熊野古道ライン）にて約10分熊野古道センター下車すぐ



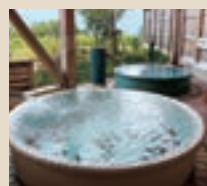
（津・松阪方面から）熊野尾鷲道路尾鷲北ICから約10分（新宮・熊野方面から）熊野尾鷲道路尾鷲南ICから約10分
※ハーフICのため乗り降りにご注意ください。



熊野古道センターに隣接

夢古道おわせ

全国的にも珍しい海洋深層水のお風呂やミストサウナが楽しめる温浴施設と地元の物産品販売所や地元の水産会社直営の海鮮レストラン・イサバヤがある複合施設。熊野古道を歩いて疲れた体を癒すのにオススメです。URL <http://yumekodo.jp/>



伊勢路ナビ

熊野古道伊勢路ナビ

Google マップ上で熊野古道のコースや観光情報を案内します。

URL <https://www.kodo.pref.mie.lg.jp/navi/>



観光三重

宿泊情報など、詳しい情報はこちらをご覧ください。

URL <https://www.kankomie.or.jp/>



旅を彩る!/ 食と魅力

雄大な自然が息づくこの地域には、豊かな味覚や伝統工芸品、温泉など、魅力にあふれています。



尾鷲わっぱ

良質な尾鷲ヒノキを材料に、手作業で一つひとつ丹念に作られる、伝統工芸の漆器です。お弁当箱に最適。



温泉

峠越えで疲れた体を癒してくれます。温泉によって泉質が異なります。それぞれの多様な効果をお楽しみください。



道の駅 紀宝ウミガメ公園

絶滅の危機に瀕しているウミガメの保護・啓発活動の拠点です。ウミガメやリクガメを間近で観察できるウミガメ水族館。資料館では、剥製などからウミガメについて学ぶ事ができます。

URL <https://umigame.info>

丸山千枚田

松本峠を越えて、西に向かった通り峠には、山の斜面に小さな田が幾重にも重なる、日本一美しいといわれる棚田が広がります。田植えの時期の5～6月頃は水が引かれた田んぼが輝き、とても美しいです。



海鮮丼

黒潮の豊かな漁場のあるこの地域では漁業が盛ん！種類豊富な魚が水揚げされます。新鮮な魚を贅沢に使った海鮮丼がおすすめです。



みかん

この地域では1年を通して多品種のみかんが味わえます。海風とともに温暖な気候で非常に糖度の高いみかんが育ちます。



熊野地鶏

熊野の大自然の中で手間暇を惜しまず飼育されている地鶏。程よい歯ごたえとコクのある味わいが特徴です。



干物

新鮮な魚介類を干した加工食品。干すことで味が凝縮され、日持ちが良くなります。



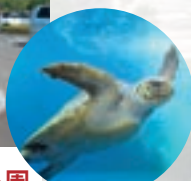
めはり寿司

高菜の浅漬けで巻いたにぎりめし。目を見張るほど大きく、美味しいことが由来とされています。



さんま寿司

塩漬けにしたサンマを使った押し寿司。身がしまり、臭みがなく、さっぱりとした味わいです。



ACCESS MAP

This map illustrates the transportation network around the Kankai region. Major highways are shown in blue, and the Kankai Expressway (熊野古道伊勢路) is highlighted in red. Key locations include Kyoto (京都), Osaka (大阪), Kobe (神戸), and the Kankai region (熊野). The map also shows the Kankai Expressway (熊野古道伊勢路) and the Kankai Expressway (熊野古道伊勢路).

Legend:

- 熊野古道伊勢路 (Kankai Expressway)
- 主な国道、県道 (Main National Routes, Prefectural Routes)
- 高速道路等 (点線は予定) (Expressways, etc. (dashed line is tentative))
- 私鉄 (Private Railways)
- 新幹線 (Shinkansen)
- JR (JR)
- 船発着港 (Ship Departure/Arrival Port)
- 空港 (Airport)

近鉄特急 約1時間10分

東京駅

JR新幹線のぞみ 約1時間45分

名古屋

JR特急「南紀」約1時間15分

京都駅

近鉄特急 約1時間50分

大阪難波駅

近鉄特急 約1時間30分

近鉄特急 約13分

伊勢市駅

JR快速みえ 約23分

松阪駅

名古屋方面 東名阪 約40分 → **亀山 JCT** 伊勢道 約40分

京都方面 名神 約20分 → **草津 JCT** 新名神 約45分 → **亀山 JCT** 伊勢道 約40分

大阪方面 西名阪 約30分 → **天理 IC** 名阪国道 約1時間10分 → **伊勢関 IC** 伊勢道 約30分

伊勢方面 伊勢道 約20分

以上各ルートは **勢和多気 JCT** に合流し、以下のルートで新宮市へ続きます。

勢和多気 JCT 紀勢道 約30分 → **紀伊長島 IC** 紀勢道 約15分 → **海山 IC** 紀勢道 約8分 → **尾鷲北 IC** 熊野尾鷲道路 約5分 → **尾鷲南 IC** 熊野尾鷲道路 約20分 → **熊野大泊 IC** R42 約40分 → **新宮市**

大宮・池袋・新宿・横浜方面	三重交通・西武バス／高速バス(夜行) 約9時間	紀伊長島	三重交通・西武バス／高速バス(夜行) 約30分	尾鷲	三重交通・西武バス／高速バス(夜行) 約30分	熊野
名古屋方面	三重交通／名古屋南紀高速バス 約2時間30分		三重交通／名古屋南紀高速バス 約30分		三重交通／名古屋南紀高速バス 約30分	
松阪方面	三重交通／熊野古道ライン 約2時間		三重交通／熊野古道ライン 約55分		三重交通／熊野古道ライン 約1時間	

 空路からのアクセス

各地 中部国際空港 セントレア 津なぎさまち 津エアポートライン 約45分 三重交通バス 約10分 津駅 JR特急「南紀」 約1時間20分 紀伊長島駅 JR特急「南紀」 約20分 尾鷲駅 JR特急「南紀」 約30分 熊野市駅 JR特急「南紀」 約20分 新宮駅

津IC 勢和多気JCT 紀伊長島IC 海山IC 尾鷲北IC 尾鷲南IC 熊野大泊IC 新宮市

伊勢道 約20分 紀勢道 約30分 紀勢道 約15分 紀勢道 約5分 熊野尾鷲道路 約20分 熊野尾鷲道路 約40分

県道約10分

2024年12月現在のアクセス情報です。
お出かけの際はご確認ください。

2025年2月発行