

伊勢から熊野へ

全ての人々を受け入れるよみがえりの聖地、熊野。
千年以上前、紀伊半島の険しい山々と
豊かな自然の数々に神や仏の存在を感じながら
巡礼道を歩き、「生まれ変わって現世へ戻る」
という信仰が生まれました。

かつて皇族や貴族などは憧れを抱いて
熊野三山に詣でましたが、
江戸時代には人々にとって心のふるさとである
伊勢神宮から熊野三山を目指す
巡礼が広がりました。
誰もが訪れたいと願うその祈りの道が
熊野古道伊勢路です。
そして多くの巡礼者は名もなき庶民。
時には古道沿いの地元の人々に助けられ、
海の青さに癒されながら
いくつもの石畳の峠を越えて
熊野三山を目指しました。

熊野古道伊勢路は厳しくもあり、
人の優しさに満ちた古の道。
今に生きる私たちも歩き続けるうちに
心が満たされて新しい自分に出会えるかもしれません。



ユネスコ世界文化遺産

平成16(2004)年7月、熊野三山、高野山、吉野・大峯とそれらにつながる巡礼道がユネスコの世界文化遺産に「紀伊山地の霊場と参詣道」として登録されました。

伊勢神宮

正式名称は「神宮」であり、日本で最も格式高い神社。主祭神は皇室の祖先とされる天照大御神(あまてらすおおみかみ)。日本の総氏神としてあがめられています。



熊野三山

「熊野本宮大社(くまのほんぐうたいしゃ)」、「熊野速玉大社(くまのはやたまたいしゃ)」、「熊野那智大社(くまのなちたいしゃ)」の三社を「熊野三山」と呼び、全国の熊野神社の総本山となっています。
三社は個別の自然崇拜に起源を持ちますが、三社の主祭神を相互に勧請し「熊野三所権現」として信仰されるようになりました。

熊野本宮大社

伊勢から長い道のりを歩く熊野詣。厳しい伊勢路、本宮道を経て、最初にたどり着く聖地が熊野本宮大社です。かつては、熊野川・音無川・岩田川の合流点にある「大斎原(おおゆのはら)」と呼ばれる中洲にありましたが、明治22(1889)年の洪水で多くが流出し、現社地に流出を免れた社が遷座されました。



熊野速玉大社

伊勢路の浜街道を南下すると、最初にたどり着く御社が熊野速玉大社です。熊野本宮大社から熊野川を約40km下った河口付近に位置し、鮮やかな朱色社殿が特徴です。近くには「ゴトビキ岩」をご神体として祀る神倉神社があります。



熊野那智大社・那智山青岸渡寺

熊野那智大社は那智山の中腹に鎮座し、落差日本一の那智の滝への自然崇拜が起源とされています。隣には西国三十三所巡礼第一番札所の那智山青岸渡寺(なちさんせいがんとし)があり、伊勢路巡礼のあと、多くの人が引き続き西国巡礼の旅に出かけました。明治時代の神仏分離令を免れたため、人々が神も仏も信仰していた神仏習合を感じられる貴重な場所です。



熊野古道 伊勢路 南部



目次

熊野古道とは	1~2	基本情報	24~25
モデルコース	3	ルートガイド	26~29
ルート概要・高低図	4~5	アクセス	30~31
ルートマップ	6~24		

熊野古道語り部のご案内

熊野古道伊勢路を語り部と一緒に歩きませんか!?

熊野古道伊勢路の情報が満載のウェブサイト「東紀州観光手帖」から語り部の予約ができます。



熊野古道伊勢路の語り部おすすめポイント

- ◆熊野古道の歴史、文化、自然等について詳しく解説します!
- ◆興味ある峠や道を自由に選んで頂けます!
- ◆英語対応の語り部もいます!

熊野古道伊勢路・旅のお問い合わせ

(一社) 東紀州地域振興公社 電話: 0597-89-6172		紀宝町 電話: 0735-33-0334	
三重県立熊野古道センター 電話: 0597-25-2666		新宮市観光協会 電話: 0735-22-2840	
三重県東紀州振興課(熊野古道伊勢路) 電話: 059-224-2193		JR紀伊勝浦駅前観光案内所 電話: 0735-52-5311	
熊野市観光公社 電話: 0597-89-2229		熊野本宮観光協会 電話: 0735-42-0735	
七里御浜ツーリストインフォメーションセンター 電話: 05979-3-0333		田辺市観光センター 電話: 0739-34-5599	

南部エリア(本宮道)踏破コース

花の窟～熊野本宮大社 P16-P23

1日目

花の窟→尾呂志 P16～P18

歩行距離：13.8km 歩行時間：5～6時間

積算上昇高度：470m 積算下降高度：345m

難易度 ★★☆☆☆ (3.0)

＊横垣峠を歩くコースです。尾呂志に泊まりましょう。

2日目

尾呂志→ホテル瀧流荘 P18～P19

歩行距離：12.2km 歩行時間：3.5～4.5時間

積算上昇高度：455m 積算下降高度550m

難易度 ★★☆☆☆ (2.5)

＊本宮道③からホテル瀧流荘に下ります。

3日目

ホテル瀧流荘→神丸バス停 P20～P21

歩行距離：12.0km 歩行時間：4～5時間

積算上昇高度：285m 積算下降高度：320m

難易度 ★★☆☆☆ (2.0)

＊志古に宿がないため、神丸に宿泊します。志古から本宮の宿までバス移動もできます。

4日目

神丸バス停→熊野本宮大社 P21～P23

歩行距離：16.0km 歩行時間：5.5～7時間

積算上昇高度：635m 積算下降高度：580m

難易度 ★★☆☆☆ (3.5)

＊万才峠、小雲取越を登ります。

伊勢路踏破コース

0日目

出発前日に伊勢市内に宿泊します。伊勢神宮内宮、外宮、おはらい町などをめぐってみるのも良いでしょう。

1日目

伊勢神宮内宮→栃原 (28.6km) 北部P8～P12

2日目

栃原→滝原駅入口 (21.4km) 北部P12～P15

3日目

滝原駅入口→大内山駅 (16.6km) 北部P15～P17

4日目

大内山駅→古里 (17.7km) 北部P17、中部P6～P7

5日目

古里→尾鷲 (23.9km) 中部P8～P11

6日目

尾鷲→賀田駅 (17.6km) 中部P14～P16

おすすめモデルコース

ハイライトコース

丸山千枚田 P18-P19

歩行距離：5.4km 歩行時間：2.5～3時間

積算上昇高度：265m 積算下降高度：280m 難易度 ★★☆☆☆ (2.0)

スタート：後地バス停

ゴール：千枚田・通り峠入口バス停

◆通り峠の展望台まで行くと、丸山千枚田の絶景を楽しむことができます。

◆時間に余裕があれば、道の駅熊野・板屋九郎兵衛の里まで歩くのも良いでしょう。

デウォークコース

横垣峠・風伝峠 P17-P18

歩行距離：8.6km 歩行時間：3.5～4.5時間

積算上昇高度：465m 積算下降高度：395m 難易度 ★★☆☆☆ (2.5)

スタート：横垣峠登り口バス停

ゴール：後地バス停

◆本宮道の世界遺産の峠を2つ越えることができます。

◆時間に余裕があれば、丸山千枚田を訪れても良いでしょう。

南部エリア(浜街道)踏破コース

花の窟～熊野速玉大社～熊野那智大社 P8-P15

1日目

花の窟→道の駅パーク七里御浜 P8～P9

歩行距離：10.3km 歩行時間：3.5～4時間

積算上昇高度：65m 積算下降高度：70m 難易度 ★★☆☆☆ (2.0)

＊七里御浜の堤防上を歩く浜街道コースです。

2日目

道の駅パーク七里御浜→熊野速玉大社 P10～P11

歩行距離：11.4km 歩行時間：3.5～4時間

積算上昇高度：110m 積算下降高度125m 難易度 ★★☆☆☆ (2.0)

＊時間に余裕があれば、神倉神社や新宮城跡までの散策も良いでしょう。

3日目

熊野速玉大社→補陀洛山寺 P12～P14

歩行距離：15.3km 歩行時間：5～6時間

積算上昇高度：235m 積算下降高度：260m 難易度 ★★☆☆☆ (2.5)

＊高野坂、小狗仔峠などを歩きます。王子ヶ浜を歩くこともできます。

4日目

補陀洛山寺→熊野那智大社 P14～P15

歩行距離：6.4km 歩行時間：2.5～3時間

積算上昇高度：390m 積算下降高度：50m 難易度 ★★☆☆☆ (2.0)

＊大門坂を登ります。帰りに那智大滝に立ち寄っても良いでしょう。

概略図



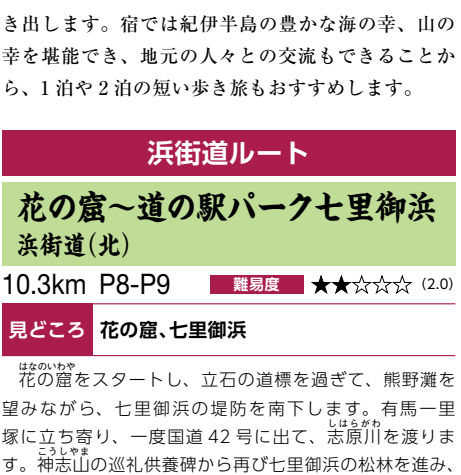
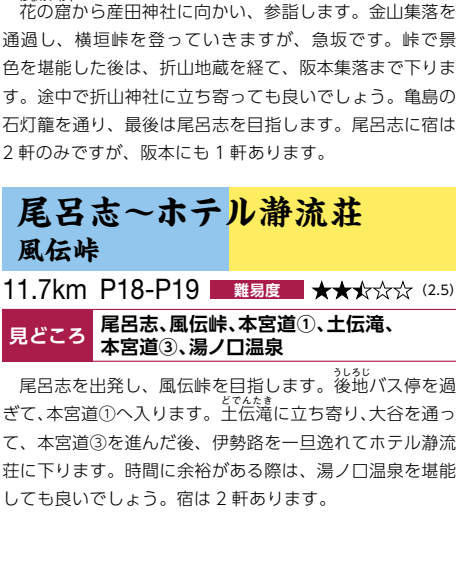
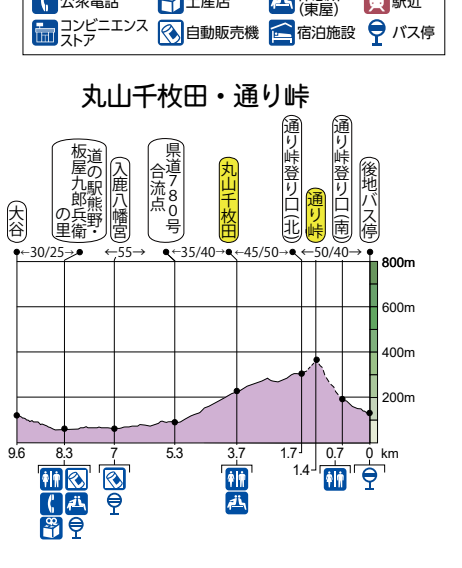
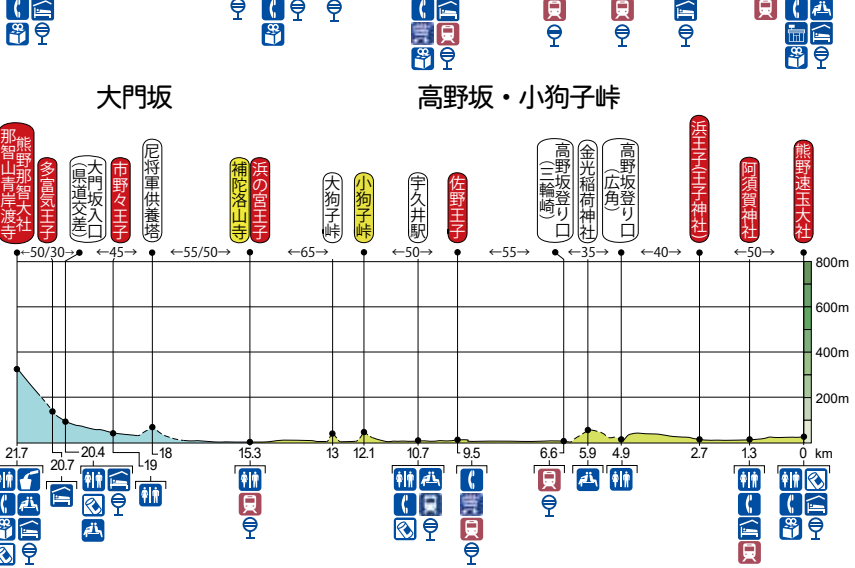
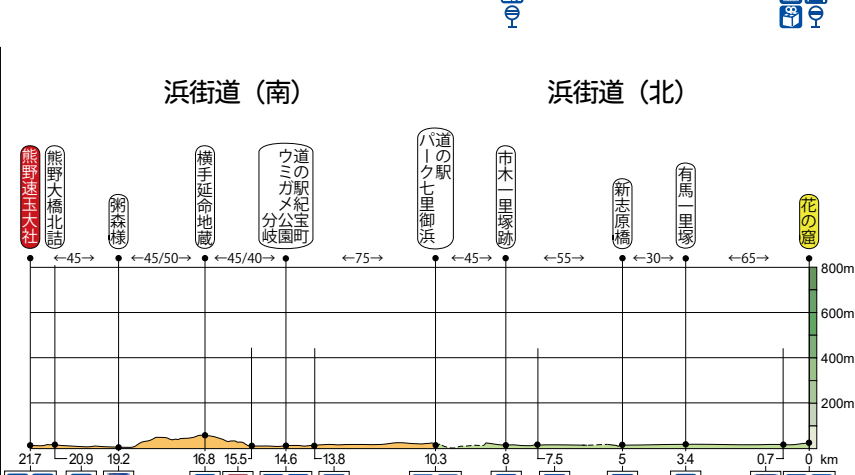
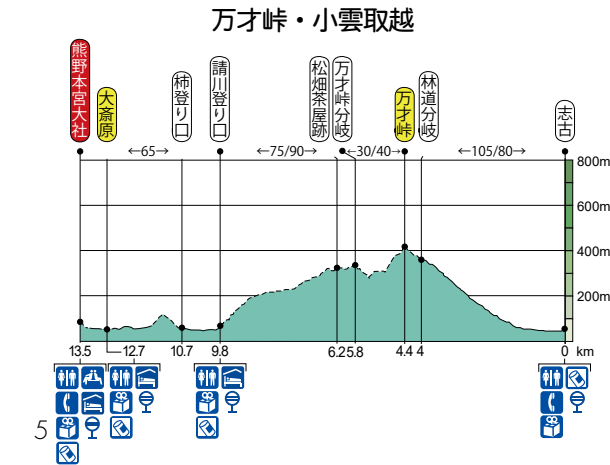
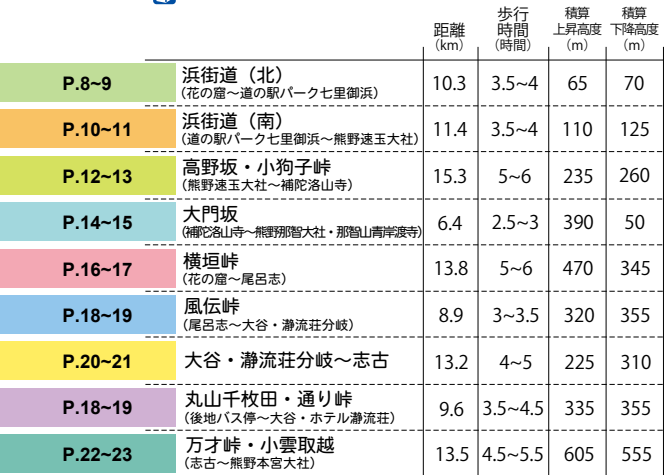
ルートの難易度ランクについて

難易度ランクは1.0から5.0までの0.5刻みの10段階で表しています。そして、次の6つの基準を組み合わせて算出しています。

- ①歩行距離、②歩行時間、③積算標高差、④路面状況（登山道か舗装路）、⑤交通アクセス（公共交通機関の有無、頻度）、⑥隔絶性（近隣に人家や集落、施設が存在）
- 難易度ランク1のルートは、①近距離、②短時間、③積算標高差が少ない、④舗装路またはよく整備された登山道、⑤アクセス至便、⑥近隣に人家や集落・施設が多いことが評価されます。

一方、難易度ランク5のルートは、装備の充実や体調の良い経験豊富な人向けであり、①長距離、②長時間、③積算標高差が多い、急激な勾配差、④悪路（根っこや凹凸のある斜面、路面障害物多数）、⑤アクセス困難、⑥辺鄙な地（人家や集落がほとんどない）であることが評価されます。ランク5は全てのルートにアクセスがないという意味ではなく、他の基準の比重により評価されることがあります。

さらにルートの難易度は天候、時刻、時期、ルートの向き（例：登りルートか下りルートか）、荷物量、体調、経験値で変わり、豪雨の中で重い荷物を所持してランク3のルートを歩いていたとしても、疲労の蓄積が通常よりも多くなり、ランク5の難易度になることがあります。





熊野市の食材

熊野地鶏

熊野市のみで飼養されている地鶏です。熊野地域で生産された米やミネラルを含んだ熊野古道沿いの谷水、地元柑橘「新姫」の果皮を使った餌を使うことで、肉質が良く、歯ごたえのある鶏肉となります。伊勢志摩サミットの食材としても使用されました。



美熊野牛

熊野市の山あいのみで育てられている年間出荷頭数わずか 100 頭と稀少な牛です。餌のこだわりや太平洋を一望するストレスの少ない環境が柔らかな肉質と濃厚な味わいを生み出します。

新姫

熊野市新鹿町で偶然発見された新しい柑橘で、直径 3cm 前後、重さ 25 ～ 30g と小ぶりの果実です。すだちのように酸味が強く、爽やかな香りが特徴です。

【熊野市街地の飲食店情報】

地元の食材を生かした料理店が数多くあり、Google Maps にて紹介しています。右記の QR コードから気になるお店を探してみてください。



～熊野古道歩き向け～

熊野市駅のアクセス

最寄り熊野市駅、熊野市駅前バス停。
JR 紀勢本線の特急、普通列車を利用する他にも、三重交通の路線バス系統 13、56 もしくは熊野市バスの潮風かほる熊野古道線、熊野市御浜町広域バスの熊野古道湍流荘線が利用できる。
乗降可能な主要バス停は二木島駅前 [潮風]、徐福茶屋前 [潮風]、大吹峠口 (波田須) [潮風]、大泊 [13/56/ 潮風]、鬼ヶ城東口 [13/56/ 潮風]、鬼ヶ城 [13]、花の窟 [13]、阿田和駅前 [13]、速玉大社前 [13]、新宮駅前 [13]、横垣峠登り口 [湍流荘]、千枚田・通り峠入口 [湍流荘]、湍流荘 [湍流荘]。

花の窟のアクセス

最寄り花の窟バス停。
三重交通の路線バス系統 13 が利用できる。乗降可能な主要バス停は鬼ヶ城、鬼ヶ城東口、熊野市駅前、阿田和駅前、速玉大社前、新宮駅前。

熊野市 伊勢路の分岐点

熊野市は七里御浜の北部に位置し、風光明媚な鬼ヶ城をはじめ、獅子巖、花の窟、丸山千枚田など観光資源の豊かな町です。また、農業、漁業が盛んなことから地元食材を使った料理は観光客に好評です。熊野市駅までのアクセスは鉄道では名古屋駅から JR 特急南紀で約 3 時間 10 分、新宮駅から JR 特急南紀で約 20 分、毎日運行しています。また、三重交通の高速バスでは名古屋 (名鉄バスセンター) から熊野市駅前まで約 4 時間、横浜・東京・さいたまの夜行バスも毎日運行しています。

鬼ヶ城 (世界遺産)

熊野灘の荒波によって削られた海食洞が約 1.2 キロ続く独特の地形です。遊歩道が大岩壁と海の間に設けられ、迫力ある景観を楽しめます。



獅子巖 (世界遺産)

熊野灘に向かって伏える巨大な獅子の姿をした岩で高さは 25 m あります。井戸川上流にある大馬神社の狛犬と伝えられています。



花の窟 (世界遺産)

日本最古の神社と伝えられ、日本神話の女神伊ザナミノミコの御陵です。境内にある約 45m の巨岩そのものが御神体として祀られ、170 m の長さを持つ大綱がかけられています。熊野における自然信仰の姿を今日に伝えている神社です。



熊野市観光案内所

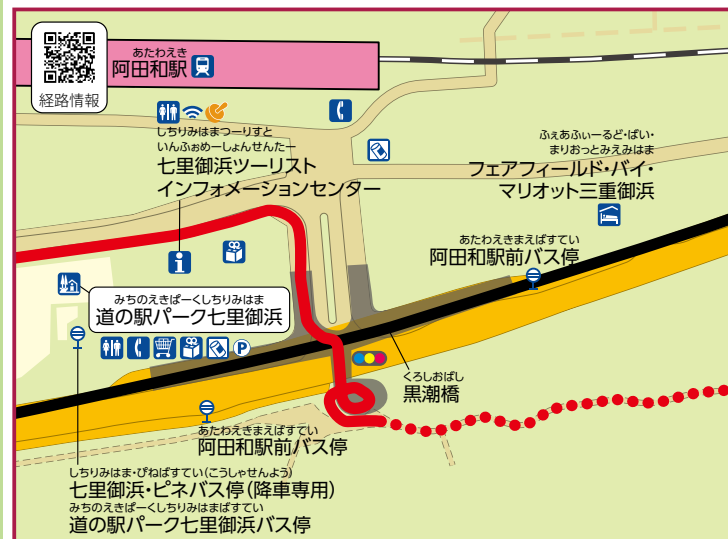
熊野市駅の正面に位置し、手荷物預かりやレンタサイクルなどが利用できます。また、熊野大花火大会や熊野市内の観光スポットの展示があります。

営業時間：9:00 ～ 18:00
(年末年始休み)
電話：0597-89-2229



くまのしがいち
熊野市街地

あたわ
阿田和



しんみどりばしきたづめ
新緑橋北詰



花の窟～
道の駅パーク七里御浜

距離 : 10.3km
 歩行時間 : 3.5~4時間
 積算上昇高度 : 65m
 積算下降高度 : 70m

----- 未鋪裝路
—— 鋪裝路

花の窟のアクセス

最寄り花の窟バス停。
三重交通の路線バス系統 13 が利用できる。乗降可能な主要バス停は鬼ヶ城、鬼ヶ城東口、熊野市駅前、阿田和駅前、速玉大社前、新宮駅前。

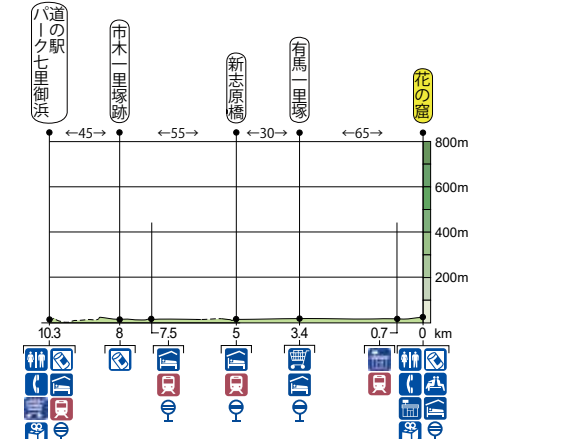
阿田和のアクセス

最寄り阿田和駅、阿田和駅前バス停、町民サービスセンターバス停、七里御浜・ピネバス停（降車専用）、道の駅パーク七里御浜バス停。

JR 紀勢本線の普通列車を利用する他にも、三重交通の路線バス系統 13 と熊野市御浜町広域バスの漣流荘・紀南病院線、御浜町福祉バスが利用できる。乗降可能な主要バス停は熊野市駅前 [13]、花の窟バス停 [13]、新宮駅前 [13]、尾呂志 [紀南]、後地 [紀南]、千枚田・駒形峠入口 [紀南]、道の駅熊野・板屋九郎兵衛の里 [紀南]、漣流荘 [紀南]、横垣峠登り口 [福祉]。

はまかいどう (きた)
浜街道(北)

はなのいわや みちのえきばーくしちりみはま
花の窟～道の駅パーク七里御浜



くまのはやたまたいしゃ（ひがし）
熊野速玉大社（東）



いだ
井田



道の駅パーク七里御浜～
熊野速玉大社
距離 : 11.4 km
歩行時間 : 3.5～4時間
積算上昇高度 : 110m
積算下降高度 : 125m

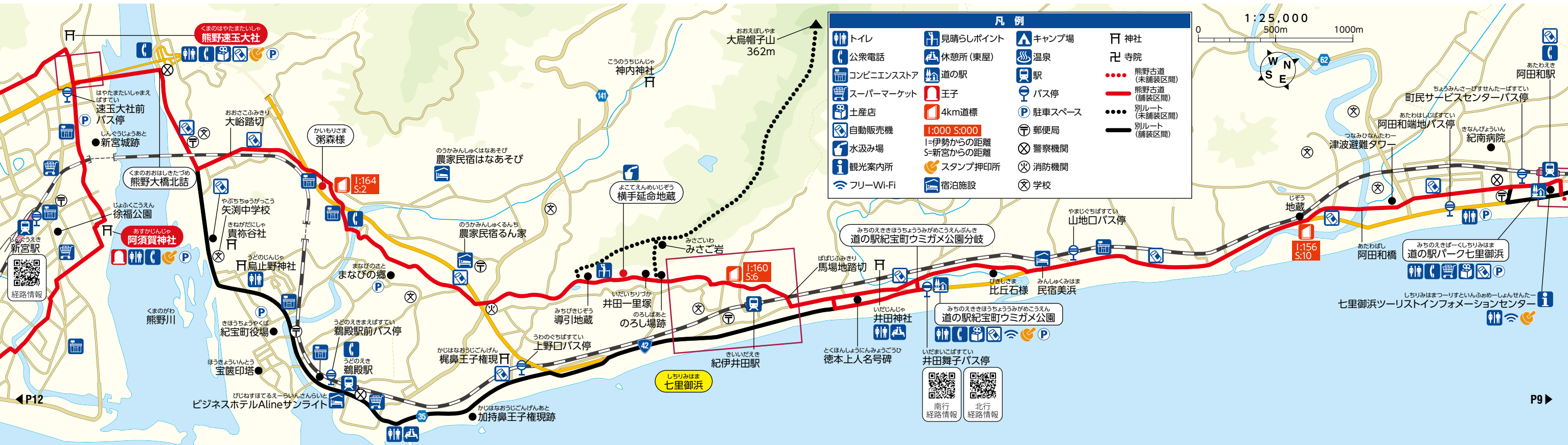
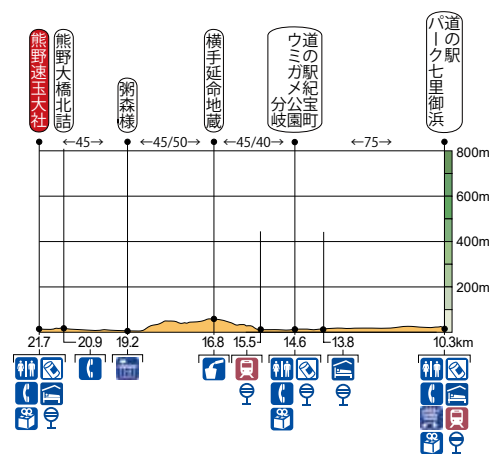
----- 未舗装路
———— 舗装路

井田のアクセス

最寄り紀伊井田駅、井田駅前バス停、井田舞子バス停、井田公民館バス停。JR 紀勢本線の普通列車を利用する他にも、三重交通の路線バス系統 13 と紀宝町民バスの浅里鶴殿線、紀南病院線が利用できる。乗降可能な主要バス停は熊野市駅前 [13]、花の窟 [13]、阿田和駅前 [13]、町民サービスセンター [紀南]、鶴殿駅前、速玉大社前 [13]、新宮駅前 [13]。

はまかいどう（みなみ）
浜街道（南）

道の駅パーク七里御浜～熊野速玉大社



新宮市街地宿泊施設一覧

1	みんしゅくたかさど 民宿高砂	11	くまのくらいん 熊野inn
2	ぐらんほてる グランホテル	12	かんいしゅくはくしよふくろく 簡易宿泊所ふくろく
3	かみくらしよさい 神倉書斎	13	びじねすほてるきしゅう ビジネスホテル紀州
4	くまのはうす Kumano house	14	しんぐうげすとはうすぞう Shingu Guest House 奏
5	くまのそう 熊野荘	15	はせりよかん 長谷旅館
6	はなれ hanare	16	ほてるこうよういん ホテル光洋イン
7	ホテルニューパレス	17	こーじはうすいんくまの Cozy House in Kumano
8	しんぐうゆーあいほてる 新宮ユーアイホテル	18	びじねすほてるみさと ビジネスホテル美郷
9	しんぐうさんしゃいんほてる 新宮サンシャインホテル	19	すてーしょんほてるしんぐう ステーションホテル新宮
10	ここゆいげすとはうす 心結ゲストハウス		

みわさき 三輪崎



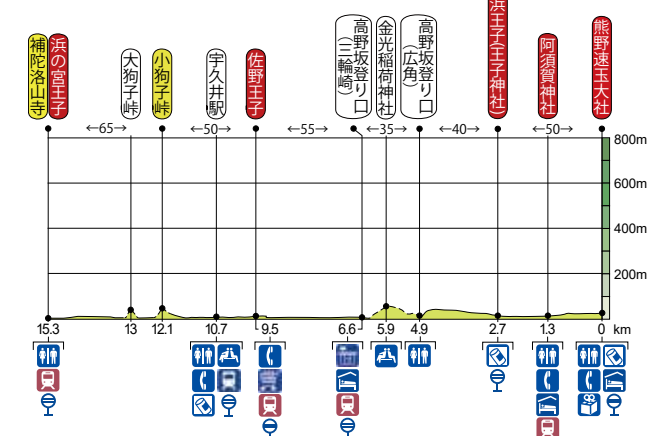
熊野速玉大社～補陀洛山寺
距離 : 15.3 km
歩行時間 : 5~6時間
積算上昇高度 : 235m
積算下降高度 : 260m

----- 未舗装路
—— 舗装路

熊野速玉大社のアクセス

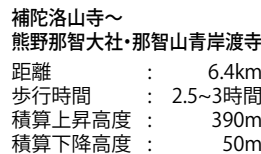
最寄り速玉大社前バス停、権現前バス停。
三重交通の路線バス系統 13 の他にも、熊野御坊南海バスの路線バス系統 11、15、17、25、51、53、71、明光バスの路線バス系統 90、91、奈良交通の路線バス系統 301、302 が利用できる。乗降可能な主要バス停は熊野市駅前 [13]、花の窟 [13]、阿田和駅前 [13]、新宮駅 (前) [11/13/15/17/25/51/53/71/90/91/301/302]、那智駅 [11/15/17/25]、紀伊勝浦駅 [11/15/17/25]、志古 [51/53/90/91/301/302]、川湯温泉 [53/301/302]、渡瀬温泉 [53/90/91/301/302]、湯の峰温泉 [53/301/302]、本宮大社前 [51/53/90/91/301/302]。

くまのはやたまたいしや 熊野速玉大社～小獅子峠 あすかじんじや 阿須賀神社・高野坂



凡 例			
トイレ	見晴らしポイント	キャンプ場	神社
公衆電話	休憩所(東屋)	温泉	寺院
コンビニエンスストア	道の駅	駅	熊野古道(未舗装区間)
スーパーマーケット	王子	バス停	熊野古道(舗装区間)
土産店	4km道標	駐車スペース	別ルート(未舗装区間)
自動販売機	1:000 S:000	郵便局	別ルート(舗装区間)
水汲み場	I=伊勢からの距離 S=新宮からの距離	警察機関	
観光案内所	スタンプ押印所	消防機関	
フリーWi-Fi	宿泊施設	学校	

注意!0.7km歩道なし、
交通量多し。



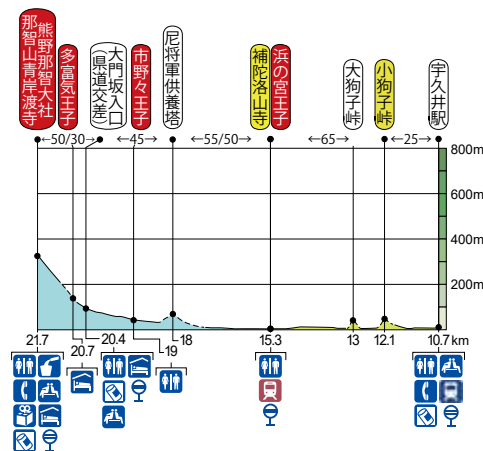
補陀洛山寺のアクセス

最寄りはその智駅、那智駅バス停。
JR 紀勢本線の普通列車を利用する他にも、熊野御坊南海バスの路線バス
系統 11、15、17、25、31 が利用できる。乗降可能な主要バス停は新宮駅
[11/15/17/25]、大門坂 [31]、那智の滝前 [31]、那智山 [31]、紀伊
勝浦駅 [11/15/17/25]。

大門坂、那智大滝、
熊野那智大社、那智山青岸渡寺のアクセス

最寄りは大門坂バス停、那智の滝前バス停、那智山バス停。
熊野御坊南海バスの路線バス系統 31 が利用できる。乗降可能な主要バス
停是那智駅、紀伊勝浦駅。

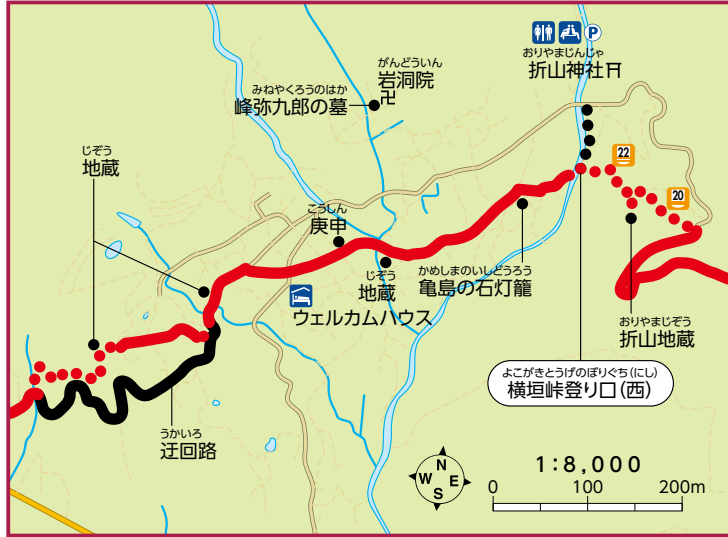
こくじとうげ くまのなちたいしゃ なちさんせいがんとし
小 狗 子 峠 ～ 熊 野 那 智 大 社 ・ 那 智 山 青 岸 渡 寺
 ふだらくさんじ だいもんざか なちのおおたき
補 陀 洛 山 寺 ・ 大 門 坂 ・ 那 智 大 滝



凡 例		
 トイレ	 休憩所 (東屋)	 郵便局
 公衆電話	 道の駅	 警察機関
 コンビニエンスストア	 王子	 消防機関
 スーパーマーケット	 スタンプ押印所	 学校
 土産店	 宿泊施設	 神社
 自動販売機	 キャンプ場	 寺院
 水汲み場	 温泉	 熊野古道 (未舗装区間)
 観光案内所	 駅	 熊野古道 (舗装区間)
 フリーWi-Fi	 バス停	 別ルート (未舗装区間)
 見晴らしポイント	 駐車スペース	 別ルート (舗装区間)

なちさん
那智山





花の窟～尾呂志
距離 : 13.8 km
歩行時間 : 5～6時間
積算上昇高度 : 470m
積算下降高度 : 345m

----- 未舗装路
—— 舗装路

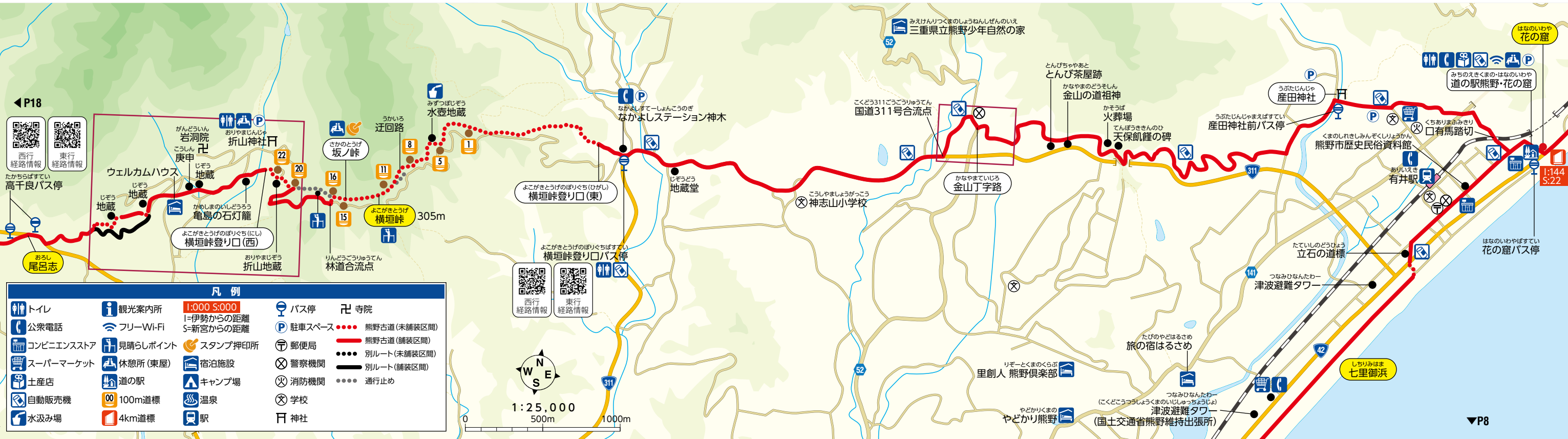
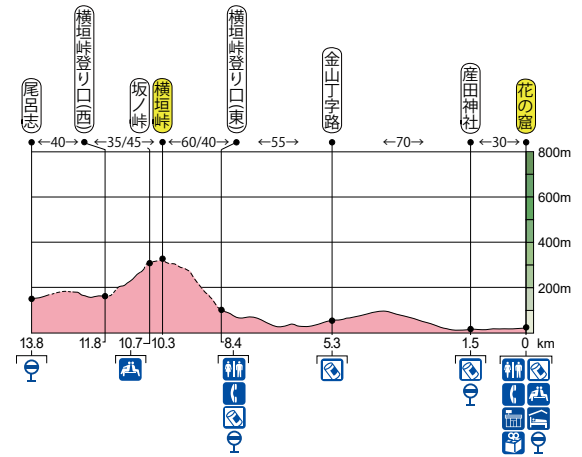
横垣峠登り口（東）のアクセス

最寄り横垣峠登り口バス停。
熊野市御浜町広域バスの熊野古道湍流荘線と御浜町福祉バスが利用できる。乗降可能な主要バス停は熊野市駅前〔湍流〕、高千良〔湍流〕、後地〔湍流〕、千枚田・通り峠入口〔湍流〕、道の駅熊野・板屋九郎兵衛の里〔湍流〕、湍流荘〔湍流〕、道の駅パーク七里御浜〔福祉〕。

横垣峠登り口（西）のアクセス

最寄り高千良バス停。
熊野市御浜町広域バスの熊野古道湍流荘線が利用できる。乗降可能な主要バス停は熊野市駅前、横垣峠登り口、後地、千枚田・通り峠入口、道の駅熊野・板屋九郎兵衛の里、湍流荘。

はなのいわや 花の窟～尾呂志 よこがきとうげ 横垣峠



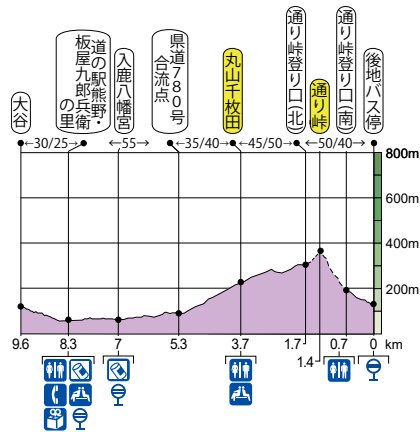
おろし 尾呂志



後地バス停～大谷
距離 : 9.6km
歩行時間 : 3.5～4.5時間
積算上昇高度 : 335m
積算下降高度 : 355m

----- 未舗装路
—— 舗装路

まるやませんまいだ 丸山千枚田 とおりとうげ 通り峠



尾呂志～大谷
距離 : 8.9km
歩行時間 : 3～3.5時間
積算上昇高度 : 320m
積算下降高度 : 355m

----- 未舗装路
—— 舗装路

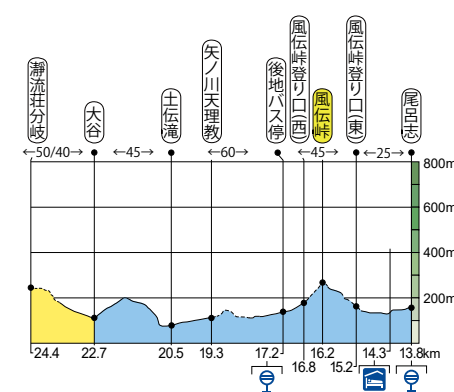
風伝峠登り口（東）のアクセス

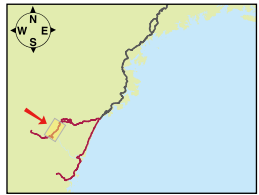
最寄りが高千良バス停、尾呂志バス停。
熊野市御浜町広域バスの熊野古道瀬流荘線、瀬流荘紀南病院線が利用できる。乗降可能な主要バス停は熊野市駅前〔瀬流〕、横垣峠登り口〔瀬流〕、後地、千枚田・通り峠入口、道の駅熊野・板屋九郎兵衛の里、瀬流荘、町民サービスセンター〔紀南〕。

風伝峠登り口（西）、通り峠登り口（南）、丸山千枚田のアクセス

最寄りの後地バス停、千枚田・通り峠入口バス停。
熊野市御浜町広域バスの熊野古道瀬流荘線、瀬流荘紀南病院線が利用できる。乗降可能な主要バス停は熊野市駅前〔瀬流〕、横垣峠登り口〔瀬流〕、高千良〔瀬流〕、道の駅熊野・板屋九郎兵衛の里、瀬流荘、町民サービスセンター〔紀南〕。

おろし 尾呂志～大谷・瀬流荘分岐





大谷～志古
距離 : 13.2km
歩行時間 : 4~5時間
積算上昇高度 : 225m
積算下降高度 : 310m

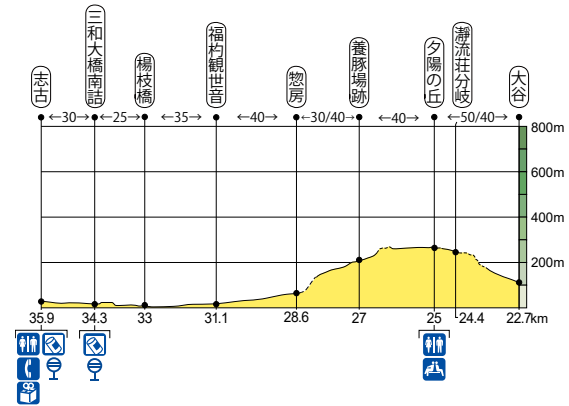
----- 未舗装路
———— 舗装路

ホテル瀬流荘のアクセス

最寄りバス停は瀬流荘バス停。
熊野市御浜町広域バスの熊野古道瀬流荘線、瀬流荘紀南病院線が利用できる。乗降可能な主要バス停は熊野市駅前〔瀬流〕、道の駅熊野・板屋九郎兵衛の里、千枚田・通り峠入口、後地、高千良〔瀬流〕、横垣峠登り口〔瀬流〕、町民サービスセンター〔紀南〕。

志古のアクセス

最寄りバス停は志古バス停。
熊野御坊南海バスの路線バス系統 51、53、明光バスの路線バス系統 90、91、奈良交通の路線バス系統 301、302 が利用できる。乗降可能な主要バス停は新宮駅、速玉大社前、請川、川湯温泉〔53/301/302〕、渡瀬温泉〔53/90/91/301/302〕、湯の峰温泉〔53/301/302〕、本宮大社前。



世界遺産熊野本宮館

熊野本宮大社と旧社地の大斎原を望む地に建てられ、世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」(熊野古道)を訪れる来訪者にとって、観光情報や地域情報を手に入れることができる拠点となっています。本宮と熊野信仰、熊野参詣の変遷、熊野本宮の伝承・風土と歳時記をテーマに写真や図表で紹介するコーナーが設けられています。

開館時間：9:00～17:00(年中無休) 入場料：無料

大斎原

熊野本宮大社はかつて、熊野川・音無川・岩田川の合流点にある「大斎原(おおゆのはら)」と呼ばれる中洲に鎮座し、境内には五棟十二社の社殿、楼門、神楽殿や能舞台などが立ち並ぶ荘厳な御社でした。ところが、1889年の大水害で社殿の多くが流出し、流失を免れた上四社の三棟を現在の熊野本宮大社がある高台に遷座しました。大斎原には、流失した中四社・下四社をまつる石造の小祠が建てられています。



ほんぐう 本宮



志古～熊野本宮大社
距離 : 13.5km
歩行時間 : 4.5～5.5時間
積算上昇高度 : 605m
積算下降高度 : 555m

----- 未舗装路
———— 舗装路

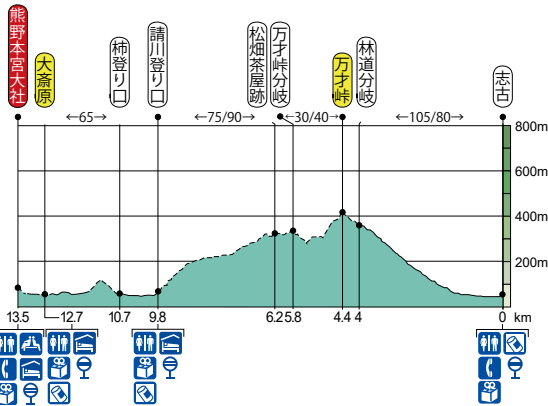
請川登り口のアクセス

最寄りバス停は請川バス停、下地橋バス停。熊野御坊南海バスの路線バス系統 51、53、龍神自動車の路線バス系統 80、81、84、85、奈良交通の路線バス系統 301、302 が利用できる。乗降可能な主要バス停は新宮駅 [51/53/301/302]、速玉大社前 [51/53/301/302]、志古 [51/53/301/302]、川湯温泉 [53/80/81/84/85/301/302]、渡瀬温泉 [53/80/81/84/85/301/302]、湯の峰温泉 [53/80/81/84/85/301/302]、本宮大社前。

熊野本宮大社のアクセス

最寄りバス停は本宮大社前バス停。熊野御坊南海バスの路線バス系統 51、53、龍神自動車の路線バス系統 80、81、84、85、明光バスの路線系統番号 90、91、奈良交通の路線バス系統 301、302 が利用できる。乗降可能な主要バス停は新宮駅 [51/53/90/91/301/302]、速玉大社前 [51/53/90/91/301/302]、志古 [51/53/301/302]、川湯温泉 [53/80/81/84/85/301/302]、渡瀬温泉 [53/80/81/84/85/90/91/301/302]、湯の峰温泉 [53/80/81/84/85/301/302]、紀伊田辺駅 [80/81/84/85/301/302]。

しこ 志古～熊野本宮大社
ばんぜとうげ こくもとりこえ 万才峠・小雲取越



川湯温泉宿泊施設

- | | |
|---|------------------------------|
| 1 | さんすいかんかわゆまつや
山水館 川湯まつや |
| 2 | さんすいかんかわゆみどりや
山水館 川湯みどりや |
| 3 | みんしゅくおおむらや
民宿 大村屋 |
| 4 | みんしゅくたていし
民宿 立石 |
| 5 | かわゆおんせんたびのやどしば
川湯温泉 旅の宿しば |
| 6 | みんしゅくすみや
民宿 すみ家 |
| 7 | べんしよあしたのもり
ペンションあしたの森 |
| 8 | ふじや
富士屋 |

凡 例			
トイレ	フリーWi-Fi	キャンプ場	学校
公衆電話	見晴らしポイント	温泉	神社
コンビニエンスストア	休憩所(東屋)	駅	寺院
スーパーマーケット	道の駅	バス停	熊野古道(未舗装区間)
土産店	番号道標	駐車スペース	熊野古道(舗装区間)
自動販売機	王子	郵便局	別ルート(未舗装区間)
水汲み場	スタンプ押印所	警察機関	別ルート(舗装区間)
観光案内所	宿泊施設	消防機関	

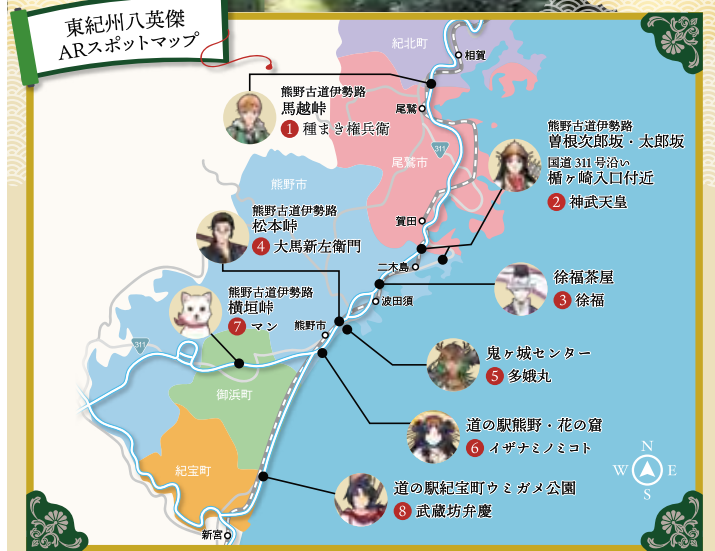
渡瀬温泉

一度に500人が入れるという西日本最大級の源泉かけ流し露天風呂がある温泉地です。宿泊だけでなく、日帰り入浴も可能です。無色透明のナトリウム炭酸水素塩泉で美肌効果があるといわれています。

川湯温泉

熊野川の支流、大塔川に面する温泉街です。目の前の川原を掘ると、川底から70度以上の源泉が湧き出し、川の水を混ぜることでオリジナル露天風呂が出来上がります。冬には川の一部をせき止めた大露天風呂「仙人風呂」が楽しめます。





マップを参考にARスポットを探してください。

ARスポットにある掲示物のQRコードをスマホのカメラで読み取りましょう。

QRコードを読み取ると、キャラクターがあなたに語りかけたり、キャラクターと一緒に写真を撮ったりすることが出来ます。
※季節でデザインが変わるキャラクターも!





だいもんざか

大門坂

熊野那智大社、那智山青岸渡寺の参道です。約640m、267段の苔むした石段が敷き詰められおり、樹齢800年を越す夫婦杉やクスノキ等に囲まれた、熊野古道を代表する面影が残る場所です。かつて熊野那智大社の大門があったことが、名前の由来とされます。坂の途中にある茶屋では、平安装束を身にまとして参詣する体験プランがあります。

大門坂茶屋

電話：0735-55-0244 料金：3,000円～

営業時間：9:00～16:00（年中無休）

くまのなちたいしや

熊野那智大社

那智山の中腹に鎮座する那智大滝を御神体とする熊野三山の一つで、主祭神は熊野夫須美大神です。境内には樹齢約850年のクスノキの御神木があり、空洞化した幹の中に入る胎内くぐりをすることができます。



なちさんせいがんとし

那智山青岸渡寺

かつては神仏習合の修験道場として隣接する熊野那智大社と一体化していましたが、明治時代に入り、神仏分離令の影響から、独立して天台宗の寺院となりました。1161年に始まった西国三十三所巡礼第一番札所でもあり、江戸時代には多くの巡礼者が伊勢神宮・熊野三山・西国三十三所を一度に巡礼したそうです。



しんぐうじょうあと

新宮城跡

安土桃山時代に熊野地方を統治していた堀内氏によって築城されたのが最初であり、その後に代わった浅野氏、水野氏によって再築城されましたが、明治維新の廃城令で取り壊され、現在は石垣だけが残ります。別名丹鶴城とも称されます。



あすかにんじや

阿須賀神社

熊野川河口の蓬莱山の麓に鎮座し、主祭神は事解男命です。古くから熊野三山の神々を祀り、平安時代には熊野詣において、「阿須賀王子」として扱われていました。

はまおうじ おうじじんじや

浜王子(王子神社)

阿須賀神社から高野坂に向かう途中にあり、熊野九十九王子の一つです。東京都北区にある王子神社は、この浜王子から勧請されました。

おうじがはま

王子ヶ浜

熊野川河口から運ばれてきた砂礫が堆積してできた約4キロの海浜で、アカウミガメの産卵地としても知られています。

こうやざか

高野坂

王子ヶ浜から三輪崎に至る海岸沿いの峠道で、熊野速玉大社と熊野那智大社を結ぶ中辺路として開かれ、途中には孫八地藏、金光稲荷神社など見所があります。

こくじとうげ おおくじとうげ

小狗仔峠・大狗仔峠

宇久井を過ぎると、国道42号に沿って、小狗仔峠と大狗仔峠の2つの小さな峠を越えます。「狗仔」とはクジラのことを意味するといわれ、捕鯨の見張り場が峠にあったとされます。

はまのみやおうじ

浜の宮王子

補陀洛山寺と隣接し、神仏習合の名残をみせる熊野九十九王子の一つです。現在は、熊野三所大神社と号しています。

ふだらくさんじ

補陀洛山寺

天台宗の寺院であり、平安時代から江戸時代にかけて、ここから僧侶が遥か彼方の観音浄土である補陀落山を目指して、小舟で南の海に出航する補陀落渡海が行われた地です。9世紀から18世紀の間に約20回行われました。境内には、補陀落渡海を行った僧侶の墓碑があります。

しんぐう

新宮

熊野川河口に広がるこの地域の中心都市で、熊野川の舟運を利用した木材の集散地や熊野速玉大社の鳥居前町として発展しました。

くまのはやたまたいしや

熊野速玉大社

熊野川河口に鎮座する熊野三山の一つで、主祭神は熊野速玉大神と熊野夫須美大神です。境内には御神木である推定樹齢千年のナギが生えています。その葉は力を入れても裂けにくいことから、神々との強く、永く、縁が切れない熊野信仰の象徴としてお守りに使われました。巡礼者は、巡礼を終えた証としてナギの葉を持ち帰ったといいます。また、敷地内にある神宝館には、1200点を超える国宝の古神宝類や重要文化財が展示されています。



かみくらじんじや

神倉神社

538段の急峻な石段を登った先にある神倉山に鎮座する神社で、御神体であるゴトビキ岩に熊野権現が最初に降臨したと伝わっています。その後、西暦128年に現在の熊野速玉大社に遷座され、神倉山の「元宮」に対して、熊野速玉大社を「新宮」と呼ぶようになったといわれています。毎年2月6日には上り子（または、のぼりこ）と呼ばれる松明（たいまつ）を持った男子が一斉に山を駆け下りる御燈祭が行われます。



ルートガイド

伊勢へ七度、熊野へ三度

熊野古道伊勢路は、伊勢神宮と熊野三山を結ぶ紀伊半島東海岸にある約170kmの巡礼道です。一般的には地形の変化から北部エリア、中部エリア、南部エリアで構成されています。踏破するには宿泊施設に泊まりながら約1～2週間かかりますが、峠の登り口は駅やバス停の近くにあることが多いことから、日帰りトレッキングとして楽しむこともできます。

南部エリア | 浜街道と本宮道

花の窟からは浜街道と呼ばれる海岸を南下するルートと本宮道と呼ばれる熊野本宮大社を最短で結ぶ山岳ルートに分かれます。浜街道は、熊野川河口まで続く七里御浜（日本一長い砂礫海岸）に沿って歩き、熊野速玉大社を目指します。その後、熊野速玉大社からは中辺路ルートとなりますが、小さな峠である高野坂、小狗仔峠を越え、補陀洛山寺を参詣し、ハイライトである大門坂、熊野那智大社、青岸渡寺、那智大滝と那智山を巡ります。一方の本宮道は、紀伊半島の中心に鎮座する熊野本宮大社に向かって山岳地帯を縫うように横垣峠、風伝峠、通り峠を越え、棚田百選の丸山千枚田の美しい風景に出会います。熊野川を渡り、南部エリアの難所である万才峠（標高415m）を越えると、小雲取越で中辺路と合流、熊野本宮大社にたどり着きます。

はなのいわや

花の窟

熊野における自然信仰の姿を今日に伝えている日本最古の神社と伝えられ、日本神話の女神イザナミノミコトの御陵です。ここから伊勢路は、熊野速玉大社まで七里御浜沿いに歩く浜街道と、内陸の熊野本宮大社に向かう本宮道に分かれます。隣接した道の駅では、特産品や古代米を使用したもち、うどんなどが楽しめます。

しちりみはま

七里御浜

鬼ヶ城から熊野川河口口まで約22kmも続く、日本で一番長い砂礫海岸です。雄大な熊野灘と砂浜、松並木が織りなす独特の風景が見所です。砂浜波打ち際は太平洋の波が打ち付けており、流れが速いため、歩く際は注意が必要です。



さんだんぼとかからまち

三反帆と川原町

平底の木製の舟で、幅1m弱の3枚の帆布を、帆柱に掲げ、風をとらえて進みます。浜街道を進むと最後に現れる熊野川を渡るために、巡礼者は三反帆を含め、さまざまな舟を渡しとして利用しました。そして、渡った先の新宮側の川岸には川原町という賑やかな街が形成されていましたが、洪水の危険性から、高台に移されました。最盛期の1920年頃までには約300店舗の商店が軒を連ねていました。



うしろじばすてい しこ
後地バス停〜志古

風伝峠の西側登り口から歩くと、世界遺産に登録されている本宮道①、土伝滝を經由し、本宮道②と続いていきます。本宮道③を過ぎたところで、ホテル瀬流荘へ下る山道があります。さらに、夕陽の丘沿いにある本宮道④を進むと、熊野ボルダリングのフィールドが見えてきます。本宮道⑤、こぶねぶんき小船分岐を經由し、本宮道⑥まで進むと惣房に出て、ようじがわ楊枝川と合流します。その後、水車谷鉾山跡、三和大橋を經由し、志古に向かいます。

ゆうひのおか
夕陽の丘

1970年に廃校となった明倫小学校の跡地です。現在は、公園として整備されており、ホテル瀬流荘から三和大橋までの数少ない休憩ポイントです。

ようじやくしどう
楊枝薬師堂

創建は1411年と伝わり、正式名称は浄薬寺です。じょうやくじ後白河法皇と京都のごしらかわほうおう三十三間堂に縁のある寺院です。頭の病気に御利益があるとされることから、多くの参拝者が訪れます。また、江戸時代には、熊野川を渡る楊枝の渡し場がありましたが、現在では三和大橋を渡ります。

ばんげとうげ
万才峠

標高415m、伊勢神宮から熊野本宮大社を目指して歩いてきた巡礼者が最後に越える峠です。志古からは長い上り坂が続き、5.8km歩くと中辺路のこくもとりこえ小雲取越に合流します。

おおゆのはら
大斎原

熊野本宮大社がかつて鎮座していた場所ですが、1889年の水害で社殿が倒壊し、現在の高台に遷座されました。入口には高さ33.9m、幅42mの日本一の大鳥居が建っています。

くまのほんぐうたいしゃ
熊野本宮大社

熊野三山の一つで、主祭神は家津美御子大神です。荘厳な社殿群は、1889年の水害で流出を免れ、大斎原から遷されたものです。かつては熊野にいらっしゃる神という、くまのにいますじんじや「熊野坐神社」と号されていました。



まるやませんまいだ
丸山千枚田

日本の棚田百選のひとつで、大小の水田1,340枚が折り重なっています。1601年には2,000以上の水田がありましたが、過疎化により1992年には530枚まで減少しました。そこで、地元住民の保存活動が展開され、現在の数に回復しました。毎年、30,000円を寄付すると、その年に自分の水田を持つことができるユニークなオーナー制度があり、田植えや稲刈りに参加することができます。また、毎年6月になると虫送りと呼ばれる行事があり、虫を追い払うために松明、太鼓、鐘を持って夜の棚田を歩きますが、その光景が幻想的であることから、多くの人が訪れる夏の風物詩となっています。

みちのえきくまの　いたやくるべえのさと
道の駅熊野・板屋九郎兵衛の里

本宮道を歩く際の拠点として利用ができ、ここからは熊野市駅、阿田和駅、瀬流荘に向かうバスが発着しています。また、隣接する熊野市役所紀和総合支所からは予め電話で連絡しておくと乗車ができるデマンドタクシーがあり、志古に近い新宮市熊野川行政局まで移動することもできます。

きしゅうこうざんあと
紀州鉾山跡

紀州鉾山では少なくとも奈良時代から銅が採掘されており、東大寺の大仏の銅は、ここで採掘されたと記録に残っています。1934年からは大規模で近代的な鉾山設備が整えられ、最盛期には年間3,000トンの銅を産出するまでに至り、日本を代表する鉾山となりました。その後、銅の国際相場の下落などにより採算が悪化し、1978年に閉山となりました。現在は、紀和鉾山資料館で当時使われていた鉾山器具などの展示を見ることができます。

こうざんとろっこでんしゃ　うんきゅうちゆう
鉾山トロッコ電車(運休中)

紀州鉾山で実際に使われていたトロッコが約1kmのトンネルを走り、瀬流荘駅と湯ノ口温泉駅を約10分で結びます。

ゆのくちおんせん
湯ノ口温泉

1337年、後醍醐天皇が金山発掘を手掛けた際に湧出したとされ、その後、鉾山開発により枯れてしまいましたが、鉾山閉山後にボーリングをしたところ、再び湧出し1979年に湯ノ口温泉として復活しました。



よこがきとうげ
横垣峠

標高305mの峠からは熊野灘が一望できます。峠の途中のみずつぼしぞう水壺地蔵には、真言密教の開祖である空海が杖で地面に穴を開けて、水が湧き出たとの伝説があります。西側の登り口には折山地蔵が安置され、周辺は苔むした石畳が残っています。



かめしまのいしどうろう
亀島の石灯籠

阪本集落の棚田の中にある高さ5mの岩に、一際目立つ石灯籠が建てられています。1813年に寄進されたもので、妙見山の遥拝所です。なお、この阪本集落は紀州犬養祥の地として知られています。

おろし
尾呂志

のどかな田園風景が広がる集落です。春から晩秋にかけて、巨大な朝霧が川のように山を流れ下る「風伝おろし」と呼ばれる珍しい自然現象が起きます。花の窟から約14km地点にあるため、本宮道を一日歩く際の目安となる場所です。



ふうでんとうげ
風伝峠

尾呂志から矢ノ川へ抜ける標高257mの峠です。東側からは石畳が続きます。伊勢路では唯一、峠で茶屋が営業されています。

とおりとうげ
通り峠

風伝峠の麓のうしろじ後地集落で本宮道と分かれて吉野に向かう北山道にある峠で、石畳が残る道が丸山千枚田へと続きます。標高390mの峠から少し登った展望台からは丸山千枚田を眼下に見下ろすことができます。

なちのおおたき
那智大滝

那智大滝は高さ133m、幅13mと一段の滝としては日本一の落差を誇ります。熊野那智大社の御神体として古くから崇拝され、滝壺のそばには飛瀧神社があります。また、滝を含む周辺一帯は那智原始林として守られ、なちしじゅうはちたき那智四十八滝と呼ばれる大小の滝からなる修験道の行場が上流にあります。

ほんぐうどう
本宮道

本宮道は花の窟から熊野本宮大社への近道として、よこがきとうげ横垣峠、ふうでんとうげ風伝峠、ばんげとうげ万才峠を経てこくもとりこえ小雲取越の途中で中辺路と合流する道です。



うぶたじんじや
産田神社

いざなみのみこと伊弉冉尊が火の神である軻遇突智をこの地で産んだとされ、かくつち安産祈願の神社として崇拝されています。また、大祭で古くからさんま寿司が出されていることから、さんま寿司発祥の地とされています。

かじゅえん
果樹園

本宮道を歩くと多くの柑橘畑を目にします。この地域は温暖多雨な気候と水はけのよい土壌で品質の良い柑橘が広く栽培されています。年間を通して多くの品種が収穫され、主要な特産品となっています。



