

文化庁選定「歴史の細道百選」
には、熊野古道、四国遍路道など
日本全体では 114 カ所が指定さ
れています。(令和 4 年時点)

「みのぶ道」も令和元年に
「歴史の道百選」に追加指定
されました。

奥之院思親閣
には久遠寺から
ロープウェイで
登ることができます。

男坂

女坂より急坂。
菩提梯と交わりながら
くねくねと久遠寺へ
繋がる。

みのぶに
来てね!

三門

カメラに収まらない
大きさに圧巻。
この門をくぐり邪心を
払って、悟りへの道へ。
ぞうりを奉納して健脚の
ご利益を授かることも。

令和 4 年 2 月
山梨県立身延高等学校・
山梨県立大学 高大連携講座作成



久遠寺

日蓮宗の総本山。
山梨屈指の
パワースポット。
樹齢 400 年のしだれ桜の
開花は壮麗。

菩提梯

287 段の石段。
1 段ずつ高さが異なり、
昔の道と実感することが
出来ます。
菩提とは「悟り」のこと。
傾斜角 50° の階段を上り悟り
に至ることができるかな?!

女坂

菩提梯の脇に
あるゆるやかな坂。
ゆったり登るなら
こちら。



気をつけて
登ってね!

おいしい
精進料理に
舌鼓!

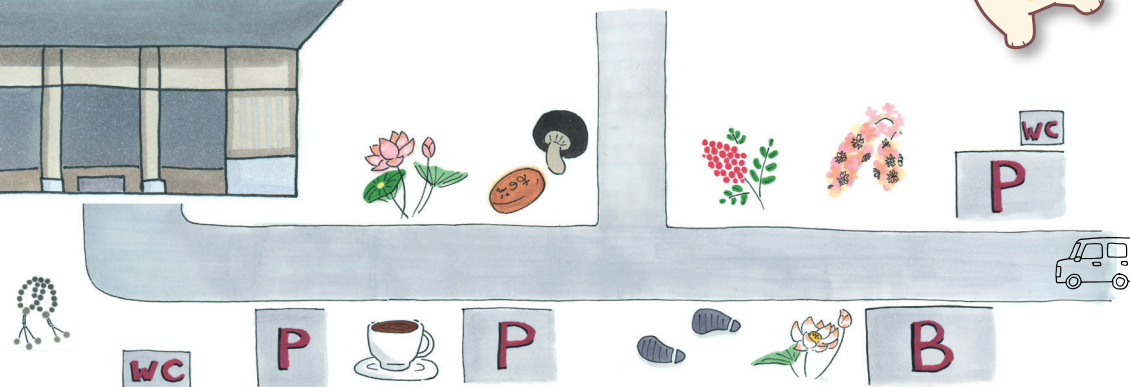
宿坊・旅館

周辺には宿泊施設も充実。
歴史風情ある旅館や、
20 軒もの宿坊があります。
宿坊とは宿泊できる
お寺のこと。
精進料理もいただけます。

久遠寺の
しだれ桜を
観に行こう!

門内商店街

石畳風の参道に
商店街が立ち並んでいます。
仏具屋さんではブレスレット
作りが体験できます。
みのぶまんじゅうを
はじめ、様々なグルメも
楽しめます。



「みのぶ道」は
文化庁により
「歴史の道百選」に
選定されました。
(令和元年～)

みのぶ道は、日蓮宗の開祖、日蓮聖人が開いた聖地・身延山に
ゆかりある道です。久遠寺から奥之院思親閣、七面山敬慎院、
赤沢宿へと続く険しい「修行の道」であり、身延詣への往来で
にぎわう「参詣の道」でした。

「みのぶ道」とは？

静岡県～山梨県にまたがる「みのぶ道」は全長80km。
そのうち、今もなお風情が残る場所が点在しています。
その中で、身延高校生がおすすめする、3カ所を紹介します。

みのぶ道を
もっとPRして
いきたいね

身延の
魅力を調べて
みました



身延高校高大連携講座 SKY

1 菩提梯



この階段はなかなか急な石段の造りになっています。
身延高校の部活動ではその石段を使ってトレーニング
をしている時もあるようです。どうしても「ダメだっ」
という人はこちら！「男坂」と「女坂」です。こちらを
歩けば比較的楽に久遠寺の本堂へとたどり着けるは
ずです。

見どころ POINT

- ☐ 門内商店街
- ☐ 三門
- ☐ 身延山久遠寺

2 奥之院思親閣



日蓮聖人が故郷千葉の親を思いながら登ったといわれ
ています。久遠寺～奥之院への参道には北参道、南参
道があり、歩いて登ることができます。今では久遠寺か
らロープウェイで手軽に行き来することができますが、
途中の様々な史跡に触れながら歴史ある参道を登って
はいかがですか。

参道に
チャレンジ！



見どころ POINT

- | | |
|--------------------------------|------------------------------|
| ☐ 鬼子母神堂 | ☐ 高座石 |
| ☐ 丈六堂 | ☐ 松樹庵 |
| ☐ 三光堂 | ☐ 千本杉 |

北参道

南参道

3 赤沢宿・七面山



かつて参拝者で賑わった赤沢宿(国の重要伝統的建造物群保存地区)では
昔の街並みに触れながら、お茶をいただくことなどできます。
七面山山頂付近にある「敬慎院(けいしんいん)」には七面大明神が
まつられており、遙拝所(ようはいじょ)からは富士山から昇るご来
光も見ることができます。道のりは長いですが、その感動は何
ものにも代え難いものでしょう。

見どころ POINT

- ☐ 赤沢宿
- ☐ お万の滝
- ☐ 敬慎院・一の池