

NIIGATA
Culture
Tourism

新潟県 魚沼

NIIGATA
Culture
Tourism



— ニイガタ カルチャー ツーリズム —

豊かさを体感する旅へ。



次の旅はどこへ行く、こうと考えていますか？

話題のスポットを訪れる旅、ご当地グルメを満喫する旅もよいのですが「豊かさを体感する旅」はいかがでしょう。

豊かさとはなにか――？

もちろん、決まりはありませんし、

人それぞれにいろんな豊かさがあっていいと思うのです。

美しい風景や感動的なアート作品を目の当たりにし、思わず「すごい！」と声が出てしまう瞬間。

旅先の夕食で、たまたま隣の席に座った地元の人と

お酒を飲みながら交わした何気ない会話の時間。

初めて見るお祭りなのに、次第に胸の内側が燃えるような感覚になった時、かけ流しの温泉に浸かって、思わず「ふう〜」と声がもれてしまう時も。

そのどれもが心が豊かになる時間であり、

旅の中でかけがえのない瞬間だと思ふのです。

世の中は、あらゆるものがデジタルシフトをしながらものすごいスピードで変化しており、

私たちはよくも悪くもその大きな波の中を生きています。

忙しい日々を追われるうちに、

いつの間にか新しい出会いや発見に驚き感動したり、

心のままに声を出したり、

思い切り汗をかいて歩く気持ちよさを忘れてはいませんか？

そこで新潟県の魚沼です。

う お ぬ ま



もしかすると「魚沼産コシヒカリ」という名前を知っている方も多いかもしれません。

新潟県のなかでも山間部に位置し、雄大な山々と信濃川と魚野川が流れる魚沼地域。

春夏秋冬、ありのままの自然は365日、違った表情を見せてくれます。

魚沼地域は豪雪地帯としても有名です。

特に積雪が多い場所では、1年の約半分の間、雪との暮らしがあります。

「雪国は大変だろう」「雪は敵なのでしょう？」——いいえ、違います。

雪があるからこそ暮らし、雪と生きるための知恵、雪を楽しむための文化がここにはあります。人々は雪を受け入れ、楽しみ、恩恵を授かりながら、この地域で生きているのです。

本誌は新潟県魚沼地域の自然をはじめ芸術、歴史、建築物、郷土食、お祭り、そしてここに暮らす人たちにフォーカスして、その魅力を伝え、みなさんから旅に来てもらうためのガイドブックです。

かつて、魚沼の地で生まれた随筆家、鈴木牧之が雪国の暮らしを描き、当時の江戸で大ベストセラーとなった『北越雪譜』（ほくえつせつぷ）。

令和のベストセラーはおこがましいですが、手に取っていただいたあなたを、次の旅へ誘う一冊になったら幸いです。

表紙写真にある没頭してしまいそうな彫刻芸術、

深呼吸したくなるような新緑の里山と山菜料理、

日本三大薬湯の温泉、雪国を感じることのできるお祭り——。

心が解きほぐされ、あたたかいもので満たされていく出会いが待っています。

さあ、魚沼の文化を体感し、
心豊かにする旅へ。



Welcome to Uonuma area, Niigata Prefecture

新潟県魚沼地域について

新潟県は本州の日本海沿岸のほぼ中央部に位置。本土のほかに日本海に浮かぶ離島、佐渡島と粟島がある。本土側の海岸線は331キロメートルと非常に長いのも特徴。面積は12584平方キロメートルで全国5位。

地理的な面から上越・中越・下越・佐渡の4地域に区分される。本誌で紹介するのは中越地域に属する魚沼市、南魚沼市、十日町市、津南町、そして湯沢町。この5市町の総称を魚沼（うおぬま）地域と呼ぶ。名峰・八海山をはじめ2000メートル級の山々に囲まれた自然豊かな地域であるとともに、日本一の長さを誇る信濃川と、谷川岳を水源とする魚野川の流域に開けたエリアである。

また、魚沼地域は雪国・新潟県のなかでもトップクラスの積雪量を誇る。冬に降り積もった雪は長い時間をかけて地中でろ過され、春に清らかな水となり流れ出す。その水は田んぼを潤し、秋にコシヒカリを実らせるのだ。

季節ごとの自然景観や雪国の人々の暮らし、魚沼産コシヒカリに代表される豊かな食文化を存分に体感できる場所だ。





CONTENTS

10 特集1

日本のミケランジェロ、石川雲蝶の世界に浸る

20 ブンカビト1

中島すい子（南魚沼雲蝶会）

22 ミニ特集1

それは神々が鎮まりたもう所 霊峰・八海山

26 子どもと一緒に1

新潟県立浅草山麓エコ・ミュージアムで自然に触れよう

28 特集2

大地の芸術祭と里山の自然を体感する

40 ブンカビト2

小宮山マツノ（うぶすなの家）

42 ミニ特集2

圧倒的存在感の火焰型土器と信濃川上流域の縄文文化

46 子どもと一緒に2

「森の学校」キョロロで自然を学ぶ

48 魚沼市・南魚沼市 文化カタログ

55 ミニ特集3

里山ナイト～モーニング

56 特集3

鈴木牧之が『北越雪譜』で伝えた雪国の暮らし

66 ミニ特集4

浦佐毘沙門堂裸押合大祭

68 ブンカビト3

小林直生（浦佐多聞青年団）

70 ミニ特集5

魚沼産コシヒカリはなぜうまい——？

74 特集4

雪深い十日町で育まれた着物とへぎそばの物語

84 十日町市・津南町・湯沢町 文化カタログ

89 子どもと一緒に3

縄文一日体験

90 イベントカレンダー

92 魚沼エリア MAP

96 ミニ特集6

ほくほく線に揺られてぶんかさんぽ

本誌のマーク表示について

ピクトグラムは紹介している文化・文化財のジャンルを表しています。



食
LOCAL FOOD



まつり・イベント
FESTIVAL



自然・環境
NATURE



史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS



産業
LOCAL INDUSTRY



伝統工芸
TRADITIONAL CRAFTS



生活文化
LIFE CULTURE



芸術・芸能
PERFORMING ARTS

表紙について

魚沼市・西福寺 開山堂
詳細はp.16

◎ Special Movie



本ガイドブックと連動した
スペシャルムービーは
こちらから。



※掲載内容は2023年9月10日現在のものです。
日程、内容、料金などは予告なく変更または中止となる場合があります。お出かけの前にご確認ください。

※掲載施設、店舗の営業日、営業時間、定休日等は大型連休、お盆、年末年始には変更される場合があります。また、降雪・積雪によって変更となる場合があります。お出かけの前にご確認ください。

※一部写真はイメージです。実際の内容とは異なる場合がございます。

※掲載内容により生じたトラブルや損害等について、発行元では補償いたしかねますので、予めご了承ください。



压倒され、
没頭していく
自分がいる。
はるか昔から、
ここで暮らす人たちの
拠り所。



西福寺 開山堂



雲洞庵の
土踏んだか——？
石畳を歩き、
坐禅を組んで
自分と向き合う。



雲洞庵

巡って、
触れて、
汗かいて。
望郷の思いが
あふれる
アートな時間。





大地の芸術祭 農具の時間



野菜を
細かく切るから
「きりぷりこ」。
魚沼の暮らしを
頬張る！



ここで生まれた
仲間たちがいる――。
だから、祭りは
未来へと続く。

浦佐毘沙門堂裸押合大祭



MYSTERIOUS SCULPTOR'S WORLD



石川雲蝶の世界

UONUMA/MINAMI-UONUMA
YUZAWA



日本の
ゲイン、石川、
雲蝶の
世界に
浸る

西福寺 開山堂

石川雲蝶とは

どんな人物
だったのか？





石川雲蝶生誕200年記念に西福寺の庭に建立された雲蝶の銅像。開山堂内にある「鬼退治の仁王像」を制作中の姿を再現

越後に残る作品と逸話で 江戸末期の名匠・雲蝶を辿る



西福寺 開山堂の社殿正面の突き出た部分「向拝(こうはい)」の彫刻は雲蝶が施したもの

魚沼市・南魚沼市が誇る 雲蝶作品の魅力を感じよう

江戸末期から越後で活躍した彫物師・石川雲蝶(いしかわうんちょう)の作風は重厚かつ緻密で独創的。初めて雲蝶の代表作を見た者は卓越した技巧に驚き、作品から放たれるパワーに魅了され、「雲蝶って一体何者?」と好奇心をかき立てられる。

1814年に江戸の雑司ヶ谷の飾り金具職人の家に生まれた雲蝶は、本名を安兵衛といった。越後三条(現三条市)の金物商で法華宗総本山・本成寺

の世話役だった内山又蔵との出会いから、30代前半の頃に越後に入る。後に三条の坂井家に婿入りし、越後三条を拠点に創作活動を行った。1883年に69歳で亡くなるまで越後で暮らした間に神社仏閣を中心に躍動感あふれる木製彫刻や絵画など1000点以上の作品を残した。県内ではここ、魚沼市・南魚沼市以外に湯沢町、三条市、新潟市、長岡市の神社仏閣や個人宅に作品が現存している。魚沼市・南魚沼市に大作が多いのは、永林寺の本堂再建に招かれた雲蝶が1855年から13年間、永林寺に宿泊しながら作品を制作していたからだ。雲蝶の代表作と評される、永林寺本堂の「天女(飛天)」や西福寺開山堂の「道元禅師猛虎調伏之図(どうげんぜんじもうこうちょう

ぶくのず)」もこの時期に完成した。

今日の雲蝶ブームは2014年の生誕200周年がきっかけといわれる。

その後、永林寺を取材したイタリアのテレビ局が雲蝶を「日本のミケランジェロ」と紹介し、西福寺を訪れた古美術鑑定士の中島誠之助氏も「越後のミケランジェロ」と称賛し大きな話題を集めた。明治の中頃に雲蝶の菩提寺が火災に見舞われ、古文書資料が紛失してしまったため、作品以外の姿や生涯が謎に包まれているところも、雲蝶を追いかける上で不思議な魅力となっている。

「雲蝶さんの逸話は地域によってちよつとずつ違うんです。それぞれの地域で愛されてきた雲蝶さんのお話を守っていくのが良いと思っています」と話すのは、永林寺の住職・佐藤公彦さん。「三条の安兵衛」と呼ばれていた雲蝶は当時から地域の人たちに愛されてきたのだろう。賭博とお酒と女が大好きだった、相当の変わりものだった、賭博に負けたことをきつかけに永林寺の彫刻を彫ることになったなど、県内各地の雲蝶会や観光協会が語り継いできた逸話も作品鑑賞を楽しむ手ばかりとなる。また、美術館や博物館と違い、作品が制作された神社仏閣の間ごと雲蝶の世界に浸ることができるのも魅力的だ。神社仏閣で作品を鑑賞する前にはお参りを忘れずに。



MYSTERIOUS
SCULPTOR'S
WORLD



石川雲蝶の世界

永林寺〔魚沼市〕

石川雲蝶が残した作品を訪ねて

1



多彩な作品がここに集結！
 壮大な雲蝶ワールドを堪能

永林寺は、500余年前に創建。徳川家康の孫・松平忠直公とその子・松平光長公の香華所（菩提寺）として本堂建築を認可され、三葉葵の紋章を許された由緒深い曹洞宗の名刹。雲蝶が13年余りに渡って滞在し、創作の拠点となった寺で100点以上の作品を収蔵している。

名を全国に広めるとともに先代から聞いた雲蝶と永林寺の作品の話、語り部として口伝の形で残してきた。最も有名な逸話は永林寺の弁成（べんじょう）和尚と雲蝶の大博打。弁成和尚が勝てば雲蝶は無償で本堂に彫り物を行い、雲蝶が勝てば本堂建立資金を渡すという大賭博は和尚に代わって賭博を打った棟梁が勝ち、数年後に雲蝶は約束どおり永林寺に来て数々の作品を生み出した。「雲蝶さんは仕事の集中力も素晴らしいが遊ぶときは遊ぶ人で、特に飲む、打つが

大好きだったとうちの寺に伝わっています」と佐藤公彦さん。堂塔大工（宮大工）だった雲蝶は永林寺の本堂を建て、建具から彫刻まで全部を手掛けた。つまり永林寺全体が雲蝶のプロデュースした空間であり、永林寺そのものが雲蝶の作品。その最たる例が雲蝶が愛した女性に似せたという「天女」。両面透かし彫りの裏面で未婚女性と既婚女性の背中を現した「天女の背中」やギャンブル好きの雲蝶にあやかって、願掛けに灰を舐めていく参拝者が多い「天の邪鬼の香

炉台」などもほかでは見ることができないユニークな作品だ。石彫りの寝牛や蛙、深彫欄間、浅彫欄間、板絵、本堂の支輪（しりん）まで幅広い作風も見応え充分。「雲蝶さんも自分の好きなテーマだから、時間をかけて楽しみながら作ったのではと思います。寺には奉納された酒があるし、近くに賭場もあったから居心地が良かったのかも。うちの寺は誰もが気軽に遊びに来れる場所。雲蝶さんの作品の面白さに触れて、笑顔で帰ってもらいたいです」。

1 両面透かし彫りで彩色された華麗な天女。5が裏側 2 本堂正面入口の寺号額 3 天の邪鬼の香炉台は晩年の作品 4 3つの雲水龍を配した本堂入口欄間 5 1の天女の背中面。未婚か既婚かは、現地で確かめてほしい 6 急流をさかのぼり泳ぐ鯉を金箔で仕上げた浅彫欄間 7 浅彫欄間「活け花」の裏側は「茶道具」という遊び心

2	1
4	3
6	5
7	



住職
 佐藤公彦さん
 Kougen Sato

「雲蝶さんのお気に入り」

コレクションを楽しんで

史跡・建造物
 HISTORIC SITES & BUILDINGS



えいりんじ
 永林寺

data
 新潟県魚沼市根小屋1765
 tel.025-794-2266
 拝観時間 10:00~14:30
 拝観料 大人500円、小学生100円
 Pあり



感じてみよう！

西福寺開山堂〔魚沼市〕

石川雲蝶が残した作品を訪ねて 2

開山堂の階段を上ると天井から欄間、壁面まで四方をぐるりと雲蝶作品で埋め尽くされた、雲蝶の世界観が迫ってくるような空間

細部に至る表現力、立体感、躍動感はいまにも見事で見入ってしまう。思いを馳せながら鑑賞したい

MYSTERIOUS
SCULPTOR'S
WORLD



石川雲蝶の世界

天井に施された大彫刻が
非日常的な世界へ誘う

1534年に開かれた、曹洞宗の名刹・西福寺。本堂の左手に連立された開山堂（初代住職を祀る御堂）は江戸時代の末期1852年に起工し、1857年に完成した。開山堂を建立したのは当時の大龍（だいらりゅう）和尚。大龍和尚は人々を幸せに導くのはお釈

迦様や道元（どうげん）の教えという考えから、曹洞宗の開祖・道元禅師の逸話をもとにした彫刻・絵画の装飾で道元の世界を表現するよう雲蝶に依頼した。

本堂でご本尊をお参りしてから開山堂へ進むと五間四方の空間に仁王像、欄間彫刻、漆喰壁画など、雲蝶が施した装飾が見る者を圧倒する。七段の階段を登って見上げる、三間四方の吊り

天井に施された大彫刻「道元禅師猛虎調伏之図（どうげんぜんじもうこちょうぶくのず）」は、繊細な透かし彫りによる立体感と岩絵の具の鮮やかさが相まって豪華絢爛！ 描かれているのは、道元禅師が天童山への行脚の途中、山中で虎に襲われそうになり、拄杖（しゆじょう・禅僧が行脚のときに携える杖）を投げ付けると拄杖は龍に姿を変えて虎を退治したという逸話の

一場面。坐禅をしている道元、龍、虎のほかに鶯、鯉、亀、猿、雀、雲雀、四十雀などの小動物が彫られている。どの動物も今にも動き出しそうな迫力と美しさで独特の存在感を示す。三面に分かれた正面の欄間や左右の欄間は当時には珍しい遠近法の技法を用いて立体的に奥行感を表現。人物の表情から木の葉や鳥、家具などの背景まで、一枚板から彫ったとは思えない細部まで緻密な彫りに魅了されて、道元の逸話に引き込まれていく。

「人々を想う気持ちから傑作が生み出された」

「当時、お寺は地域の人たちの拠り所。細部までこだわった作品には、日常からちよつと離れた世界で心を落ち着けて仏教の世界に触れてほしいという雲蝶の願いが込められているのかもしれない」と副住職の平澤龍彦さん。雲蝶の人々を喜ばせたいという気持ちが開山堂の傑作を生み出した。



副住職
平澤龍彦さん
Ryugen Hirasawa



板の割れ目や節穴に木片を埋めて繕う埋め木細工も雲蝶の手にかかるというたん、木の葉、アケビ、矢羽など遊び心いっぱいに。開山堂に続く、本堂の大廊下を歩くときに探してみたい

史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS



さいふくじ かいさんどう

西福寺 開山堂

data 新潟県魚沼市大浦174 tel.025-792-3032

拝観時間9:00~15:30(12~2月は10:00~15:00)

拝観料大人500円、中学生300円、小学生以下無料 Pあり



感じてみよう!

石川雲蝶が残した作品を訪ねて

龍谷寺（南魚沼市）

3



躍動感のある欄間の裏側に
詩情豊かな植物の彫刻

曹洞宗の名刹・龍谷寺。鮮やかな白と緑が目を引き建築物は、古代インドのグプタ王朝時代の建築様式を取り入れた慈雲閣観音堂。その隣にある本堂の廊下に雲蝶が獣の透かし彫りを施した「猿（ぼく）」「麒麟（きりん）」「唐獅子と牡丹（二面）」の欄間が出迎えてくれる。

「うちは禅宗の教えを受け継ぐ寺なので禅宗の逸話を描いた作品があります」と住職の駒形元宗さんが案内してくれたのが室内入口の欄間二間に彫られた「得誠（とくじょう）和尚の行履（あんり）」（写真上）。中国の唐の時代、船頭に姿を変えて自分の法を伝える弟子を探していた得誠和尚が船に乗った男を川に落として禅問答を交わす場面が描かれている。欄間の枠から大きく飛び出した櫂や荒々しい川の流れ。細部からも躍動感が伝わる。

「波立つ川の迫力が凄い。江戸時代に葛飾北斎の波の表現が流行ったので雲蝶もやってみなかったのでは」と駒形さんは考察する。この裏面の葡萄の木と朝顔の欄間も雲蝶の作品。貴賓室の欄間らしく、花鳥画のような静謐（せいひつ）な美しさにあふれている。



「得誠和尚の行履」の欄間の裏側の彫刻は葡萄の木と朝顔に小さな蜂や蝶を見ることができる。葉の浮き彫りをはじめ、優美で気品あふれる作品



史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS



りゅうくじ

龍谷寺

data 新潟県南魚沼市大崎3455
tel.025-779-2020
拝観時間9:00~18:00
拝観料大人300円
Pあり

「波の表現ひとつにも
すごさを感じます」



住職
駒形元宗さん
Genshu Komagata

MYSTERIOUS
SCULPTOR'S
WORLD



石川雲蝶の世界

ここにも
雲蝶作品がある



穴地十二大明神〔南魚沼市〕

荒々しい彫りは未完成とも評される

龍谷寺から車で5分ほどの場所にある、古くから穴地集落の鎮守として信仰されてきた神社。現在の社殿は1864年に再建。向拝に龍、獅子、手狭に竹と虎、松と鷹、雀の彫刻が施されている。拝殿に向かって左側の欄間は「鶴退治」(写真上)、右側は「酒天童子の大江山の鬼退治」が彫られているが、この2作品はノミの削り跡も荒々しい、粗彫りの状態だ。板の継ぎ目が見えることや一部に墨線が残っていることから未完成作ではないかと思われているが諸説あり。雲蝶作品の制作過程を垣間見ることができるという意味でも貴重な作品である。



史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

あなちじゅうにだいまいようじん
穴地十二大明神

data

新潟県南魚沼市穴地

Pなし

問:南魚沼市観光協会

tel.025-783-3377

塗り替えられた色の下の雲蝶を見る

曹洞宗の寺、瑞祥庵の楼門に安置されている一対の仁王像「阿形(あぎょう)」と「吽形(うんぎょう)」は雲蝶の作品。赤、青、緑などを使用した鮮やかな彩色は1929年に小千谷市の仏師によって修理が行われた際に施された。当時は雲蝶作品と認識されておらず、1988年に楼門を改修したときに台座に「三條彫工・石川雲蝶」と刻まれているのが確認された。現在は風化を防ぐためにアクリル板越しでの閲覧だが、ギヤマン(ガラス玉)の力強い目や大きな手指、台座の邪鬼をふみつけるしっかりした足指など、細部に雲蝶らしさが見られる。

瑞祥庵の仁王像〔湯沢町〕



史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

ずいしやうあん

瑞祥庵の仁王像

data

新潟県南魚沼郡湯沢町大字土樽4595 Pなし

問:湯沢町観光まちづくり機構 tel.025-785-5505





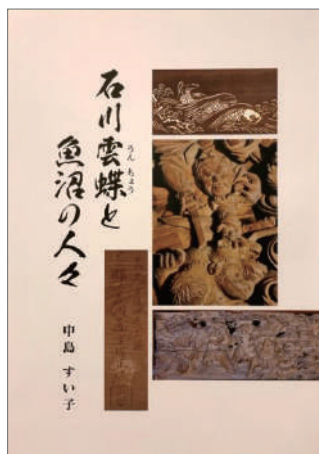
「今、雲蝶が生きていたら
きつと恋をしたと思います」

南魚沼雲蝶会 会長

中島すい子さん

中島すい子さん
Suiko Nakajima

高校卒業後、東京の観光バス会社でガイドとして勤務。結婚を機に新潟県南魚沼市へ移住した後もバスガイドとして活躍。2013年から石川雲蝶の作品を巡るバスツアー専属ガイドを務める。2016年には南魚沼雲蝶会を設立し会長職に。バスツアーの申し込みは中島すい子公式サイトから。



中島さんの著書には『私の恋した雲蝶さま〜いま蘇る越後のミケランジェロ〜』『石川雲蝶と魚沼の人々』がある。

DVD作品『中島すい子が案内する石川雲蝶作品めぐり 其ノ壱』も好評

石川雲蝶の彫物師としてのすごさ、魚沼地域との関わりなどを、さらに深く知る上で、この人の存在は欠かすことができない。2016年に南魚沼雲蝶会を設立。自ら会長として雲蝶の魅力を県内外に発信しながら、魚沼エリアにおける石川雲蝶作品巡りの専属ガイドとしても活躍している。元々はバスガイドだった彼女がこのような活動をしているのは、何より自らが石川雲蝶に魅せられたからにはほかならない。「実は西福寺開山堂にはバスガイド時代に何度かお客様のアテンドで来ていたのですが、10年ほど前に雲蝶作品だけを巡るバスツアーを始めることとなり、そのガイド役を任されたのです。ならば今一度しっかりと学びたいと思い、ある時、仕事ではなく参拝者として西福寺開山堂を訪れました。その時に改めてじっくりと作品を鑑賞し、衝撃を受けたのがそもそのきっかけなのです」。

卓越した技術による深彫り、個性的で謎めいた人物像——中島さんはどんなところに惹かれていったのか？「当たり前ですが、雲蝶が生きていた時代はパソコンも3Dプリンタもありません。ですが、彼の頭のなかにすでにそれらが存在していたのではと思うくらい立体感のある彫刻が非常に見事です。また、ひとつひとつの作品にきちんと仏道を表現するストーリーがある

のも魅力であり、彼の作品の素晴らしさといえます。それらをゆっくりと紐解きながら、足跡をたどっていくと石川雲蝶の世界がさらに楽しくなってくると思います」。

生誕200周年となった2014年をきっかけに石川雲蝶への注目度は高まり、中島さんは講演会や本の出版、作品巡りツアーなど、長くPRに尽力してきた。今もたくさんの方に石川雲蝶を知ってもらいたいという思いは変わることもなく、多くの人に雲蝶作品の魅力を伝えながら、魚沼地域の観光面でも大きな功績を残している。「雲蝶の作品を見ると心が穏やかになりますし、私にとってはなくてはならない存在なのだと思います。もしも今ここに西福寺開山堂を手掛けていた頃の雲蝶がいたとしたら、きつと恋していたんじゃないかと思います」とびきりの笑顔で雲蝶への溢れる思いを語ってくれる中島さん。魚沼が世界に誇る偉大な彫物師を、今と未来に伝えるブ

「雲蝶にとつて、魚沼は居心地がよかったのでしょう」



西福寺 本堂にある雲蝶によって描かれた襖絵の前で。右ページの見事な細工が施された書院障子も雲蝶によるもの

それは神々が
鎮まりたもう所

霊峰・八海山



自然・環境
NATURE

Mountain of Faith, Hakkaisan

見るからに荒々しい岩場が連なる山容。

その厳かな姿は畏敬の対象となり、信仰の山とされてきた。

現在も息づく八海山信仰とは――。

八海山そのものが御神体
全国から登拝に訪れる

魚沼エリアの象徴ともいえる八海山は標高1778メートル。全国から登拝者が訪れる信仰の山だ。八海山神社の山田宮司いわく、「八海山は古くから両部神道の霊場として、弘法大師にまつわる伝承もあり、南北朝時代（1300年頃）には越後三の宮としてその霊験は知られていました。その後1794年に、木曾御嶽山の登山口を開いた普寛（ふかん）上人が、八海山登拝道を開いたことで、御嶽山の兄弟山として列格し、祖師の足跡を辿る霊場巡拝として全国から講集団が訪れるようになった」という。登山道の入り口は、大倉口、大崎口、城内口があり、それぞれに里宮として、坂本神社、八海山尊神社、八海神社がある。現在は八海山ロープウェーが架かり、4合目まで手軽に行くことが可能になった。



山頂・ハッ峰には八海山大神をはじめ21社の末社が鎮座し、白装束の一行が山行する



毎年10月20日に行われる「大火渡大祭」。護摩木が燃え尽き、真赤な炭になったところを、家内安全・無病息災を念じて素足で渡る神事。一般の方も参加可能

神と人が一体となる
山岳信仰の霊場

八海山尊神社



八海山尊神社
宮司
山田泰利さん
Yasutoshi Yamada

享和3年(1803年)に開かれ、八海山信仰の拠点となった大崎口里宮、現八海山尊神社の宮司。大寒の滝行、奥駈け、火渡祭などの山岳信仰の祭事を執り行う

大石段の途中にある龍鳴の像。ここで柏手を打つと龍の声のように鳴り響くことから「龍鳴」と呼ばれるようになった



史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

はっかいさんそんじんじゃ

八海山尊神社

八海山登山道大崎口にある八海山信仰の霊場。苔むす深閑とした森の中にある里宮は修行者が護摩祈祷を行い、神意をいただく場所。その里宮から御神体を遷座して造営されたのが現在の八海山尊神社境内だ。そこには、八十八段の大石段、高さ8.5メートルの大鳥居、御神水とされる八海山2合目の金剛霊泉の清水を分水した手水舎などがある。

data

新潟県南魚沼市大崎4161
tel.025-779-2010
Pあり



老杉の数は250本以上。杉の巨木に覆われた参道は日中でもほの暗い。心静かに拝殿まで歩いてみよう

杉並木に聖なる
静けさを感じる

八海神社



史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

はっかいじんじや

八海神社

八海山登山道城内口にある八海神社。その一の鳥居から二の鳥居までの参道約440メートルの両側には老杉が立ち並び鬱蒼としている。1836年に起きた大干ばつにより、水源かん養林造と景勝保全のため植林されたとされ、その樹齢と本数の多さから新潟県指定天然記念物となっている。毎年6月最終日曜の八海山お山開きでは安全祈願祭にあわせて、火渡りの奉納神事が行われる。

data

新潟県南魚沼市山口494
tel.025-775-2693 Pあり



山頂駅展望デッキのベンチに座って魚沼平野を見下ろそう。通常便に加え、雲海観賞を楽しめる7:30発の臨時便を運行することも

八海山からの絶景を楽しもう。

気軽に空中散歩

八海山 ロープウェー



自然・環境
NATURE

はっかいさんロープウェー

八海山ロープウェー

山麓駅から全長2,217メートル。7分の空中散歩で八海山4合目付近、標高1,147メートルの山頂駅へ。気温が下界に比べ5度ほど低いそうで、風も吹き上げ夏でも涼しく感じられる。山頂駅付近には八海山遙拝所もあり、トレッキングがてら参拝できる。ここから山頂までの登山は約3時間ほど。切り立った崖が多いので装備は万全に。

data 新潟県南魚沼市山口1610
tel.025-775-3311
8:30～15:30(下り最終16:00)、
土日祝は8:00～16:00(下り最終16:30)
※20分間隔にて運行
無休(営業は～11月第2日曜まで)
乗車料金:おとな往復2,500円、
こども往復1,500円(9/30土～11/12日は
おとな往復2,700円、こども往復1,700円。
7:30発の臨時便は別料金) Pあり



山頂付近からは佐渡島や日本海が見えることも!



新潟県立浅草山麓エコ・ミュージアムで

自然に触れよう

自然の中を歩いたり、工作をしたり。ワクワクと発見の連続!



個性豊かな動植物が生息する
緑いっぱいの散策路を歩く



エコ・ミュージアムの目の前に広がる「浅草山麓遊々の森」。230ヘクタールの広大な敷地を有し、多種多様なトレッキングコースを用意している

自然を満喫!
トレッキングを
体験しよう



バリアフリーの散策路が整備されており、小さな子どもや車イスの方も安心。ガイドは希望制なのでぜひ申込みを

より深く山の魅力を知ることができるガイド付きの散策は好評。東京からのお客様も多いです



スタッフ

(左) 金井昭市さん
Shouichi Kanai

(右) 貝瀬正俊さん
Masatoshi Kaise

にいがたけんりつあさくさんろくエコミュージアム

新潟県立浅草山麓エコ・ミュージアム

魚沼市の自然学習の拠点として親しまれているエコ・ミュージアム。地元民はもちろん、首都圏からも多くのファミリーや観光客が訪れる。入館料や工作の体験料は全て無料というのも魅力のひとつ。日々の喧騒から離れ、自然に触れる非日常な時間を過ごせる。ここへ来たら外せないのが浅草山麓遊々の森のトレッキングだ。山の中に身を置き、澄んだ空気を深呼吸。野鳥のさえずりに耳を傾け、動植物の観察を楽しみながら探検しよう。未就学児や小学校低学年の子も安心して歩けるコースや、高学年以上も満足できる山登りのコースなどを用意している。館内では、枝や木の実を使った工作教室を実施。親子で協力しながら工作をするひとときは特別な思い出になるはず。

data

新潟県魚沼市大白川字浅草山1501
tel.025-793-7480
(魚沼市教育委員会事務局 生涯学習課)
9:00~16:00
無休(11月上旬~6月上旬は休館)
入館料:無料
Pあり



自然・環境
NATURE



木の枝やまつぼっくり、ドングリなどの自然素材を使った工作にチャレンジできる。創作意欲をかき立てられること間違いなし！ 夏休みの自由研究としても人気だそう。子どもたちより大人の方が夢中になってしまうんだとか

木の実を使った 工作もできるよ！



今にも歩き出しそうな
まつぼっくり人形



思い出に残る
フォトグラフ



森の中をモチーフにした館内には
ブナの遊具や動植物について学べる
仕掛けがいっぱい！



ヤマネなど森に暮らすさまざまな
生き物たちが隠れているよ



本物のクマの皮！



中央にあるのは、浅草
山麓遊々の森に生育
するブナの木を模した
遊具。ブナの枝に寄生
するヤドリギという植物
や土の中で暮らす昆虫
、木の実を探しに
やってくる小動物も忠実に
再現されている



魚沼

方言クイズ
(第1問)

Q. 「ぼちゃ入ったか？」とは、どんな意味でしょう？

- ▶ A. お風呂に入ったのか？
- ▶ B. 家に入ったのか？
- ▶ C. 水たまりに落ちたか？

答えは
P.94

ECHIGO-TSUMARI ART TRIP



大地の芸術祭と
里山の自然を体感する

TOKAMACHI / TSUNAN



アートな一日を。



いっぱい歩いて、里山の空気を吸って、

イリヤ&エミリア・カバコフによる2000年作品
「棚田」。まつだい「農舞台」にて展示



たくさんの失われた窓のために
内海昭子



アスファルト・スポット
R&Sie建築事務所

作品を巡りながら大地の豊かさ、
人のあたたかさに触れて

里山を舞台にした アートの祭典。

大地の芸術祭とは？

大地の芸術祭を巡り、
アートな旅に出かけよう

大地の芸術祭は、十日町市と津南町を合わせた越後妻有（えちごつまり）地域を舞台にして20年続く世界最大級の国際芸術祭。約760平方キロメートルにも及ぶ広大なエリアの里山に、世界中のアーティストが手がけた多彩な作品が展示される。初開催は2000年。これまで3年ごとのトリエンナーレとして行われてきた。直近の本祭となった2022年は約57万人の来場者数を記録。国内はもとより、海外からの来場者も多く、今や新潟県を代表する一大イベントとなっている。本祭は3年に一度だが、2023年も「通年プログラム」としてこれまでに公開された恒久作品を見ることができると、今年だけの企画展やイベント、ツアーも開催されているので、11

月5日（日）までの会期中、アート巡りができる。2022年に公開された作品は300点を超える。世界38の国と地域、263組のアーティストが参加し、越後妻有地域の自然、文化、歴史、そこに暮らす人々とシンクロ。この場所できかみ出せない素晴らしい作品が点在し、巡りながら作品鑑賞をすることができる。

そして、この芸術祭のもうひとつの魅力であり、楽しんでほしいのが、作品巡りのなかで出会う地域の人たちとの何気ない会話や交流だ。作品鑑賞の受付や運営、簡単な説明を地元の人やボランティアが行っていることも多い。70代のおじいさんもいれば、40代のサラリーマンもいる。みなそれぞれの仕事や家庭があるなか、芸術祭のためにボランティアで受付などをやっているのだ。「どこから来たの？ よく来たね」という何気ない会話はもちろ





農具の時間
河口龍夫



ステップ イン プラン
ジョン・クルメリング (テキストデザイン浅葉克己)



芸術・芸能
PERFORMING ARTS



まつり・イベント
FESTIVAL

大地の芸術祭通年プログラム 「2023年の越後妻有」

data

会期:~2023年11月5日(日)
会場:越後妻有地域(十日町市・津南町)
10:00~17:00(作品、施設により異なる場合あり)
火水休(祝日を除く)
共通チケット:大人2,500円、小中学生1,000円、
小学生未満無料
(期間中に公開される作品を1回ずつ鑑賞できる。
一部対象外作品あり)
※清津峡渓谷トンネルは別で入坑料が必要
問:大地の芸術祭実行委員会事務局
(十日町市文化観光課芸術祭企画係)
tel.025-757-2637

「大地の芸術祭 越後妻有アトリエンナーレ2024」

data

会期:2024年7月13日(土)~11月10日(日)
会場:越後妻有地域(十日町市・津南町)
詳細は随時発表
問:大地の芸術祭実行委員会事務局
(十日町市文化観光課芸術祭企画係)
tel.025-757-2637



ん、「おら、作品のことはよくわからね
けど、ここは昔からそ〜」と演説ばり
に集落のことを話してくれるお父さん
や「これ、食べてけそ〜」と採れたて
の冷やしトマトを振る舞ってくれるお
母さんがいたりもする。そんな一期一
会の出会いも、また旅の楽しみのひと
つであり、意外にもそれがまた次回の
芸術祭への再訪につながっているのも
事実なのだ。

2024年は第9回となる本祭の
年。大地の芸術祭越後妻有アトリ
エンナーレ2024と題し、令和6
年7月13日(土)~11月10日(日)の開
催が決定した。里山の空気をいっぱい
に吸い込み、汗をかきながら、点在す
る作品を探してあちこちへこちへ。
アート、自然、そしてそこで出会う人
たちとの触れ合いは、間違いなく心豊
かな時間となるだろう。

○△□の塔と赤とんぼ
田中信太郎



最後の教室
クリスチャン・ボルタンスキー+ジャン・カルマン



芸術祭の拠点施設

1



芸術・芸能
PERFORMING ARTS

えちごまつりさとやまげんだいびじゅつかん モネ

越後妻有 里山現代美術館 MonET

札幌ドーム、京都駅ビルなどを手がけた原広司＋アトリエ・ファイ建築研究所が建築設計を手がけた。イリヤ&エミリア・カバコフ、ニコラ・ダロなどの海外アーティストの作品をはじめ、中谷ミチコ、名和晃平、目[mé]ら国内気鋭のアーティストの作品が常設されている。越後妻有の風土やこの土地の文化と向き合った作品が多く、想像力を掻き立てられる作品の数々を存分に楽しむことができる。建物の中、そして周辺にも作品が展示されているほか、建物2Fにはアートな空間のカフェ、サロン MonETも。雪室で熟成した豆でいれるコーヒーや県産茶葉を使用したお茶などを楽しめる。作品巡りのスタート地点にしたい中心施設だ。

data

新潟県十日町市本町6-1-71-2

tel.025-761-7766

10:00~17:00(最終入館16:30) 火水休

入館料:企画展大人1,200円、小中学生600円

常設展大人1,000円、小中学生500円

Pあり



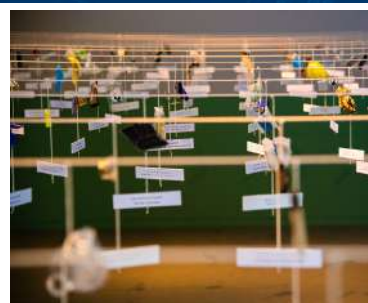
国内外アーティストの作品多数
芸術祭の拠点施設



movements
目[mé]



Two River
マッシモ・バルトリニ feat. ロレンツォ・ピニ



16本のロープ
イリヤ&エミリア・カバコフ



廃校となった小学校が美術館に
どこかノスタルジックな気持ちに



芸術祭の拠点施設

2



芸術・芸能
PERFORMING ARTS

はちアンドたしませいぞう えほんときのみびじゅつかん

鉢&田島征三 絵本と木の実の 美術館

廃校時の最後の生徒3人が主人公となり、当時通っていた子どもたち、笑い声やおしゃべりを食べるオバケ「トペラト」など、さまざまな生きものが作品となって校舎の中に現れる。体育館、教室、保健室——各室に作品が展示され、校舎内を廻りながら絵本の中に入っていくような感覚に。館内には田島征三の絵本・作品集を揃えたショップやカフェも併設されていて、ゆっくりと絵本の世界を楽しむことができる。長い間この場所で、子どもたちを見守ってきた木造の校舎に身を置き、懐かしい気持ちに浸ってみては。

data

新潟県十日町市真田甲2310-1 tel.025-752-0066

10:00~17:00(最終入館16:30。10、11月は~16:00。

最終入館15:30。2023年は11月27日(月)までの営業)

火水休 入館料:大人800円、小中学生400円 Pあり



「関係 - 黒板の教室」(教育空間)
河口龍夫



「関係 - 黒板の教室」(教育空間)
河口龍夫



まつだい住民博物館
ジョセップ・マリア・マルティン

芸術祭の拠点施設

3



芸術・芸能
PERFORMING ARTS

まつだい「のうぶたい」

まつだい「農舞台」

里山にアートが点在! 雪国の農耕文化を体感しよう

大地の芸術祭のシンボルとも言える作品、草間彌生の「花咲ける妻有」をはじめ、世界的なアーティストたちの作品が建物内とその周辺の里山に点在。色彩豊かな造形、現代アートの魅力を里山の四季とともに鑑賞することができる。このエリアで見られる作品は約40点ほど。車移動での見学もできるが、おすすめしたいのは2時間ほどかけて自分の足で歩きながらの鑑賞だ。作品を見つけると同時に、里山の自然もしっかりと感ずることができる。また、春には田植え、秋には稲刈り、冬には雪遊びなど、地域の自然や文化を体験できるプログラムも多数用意しているので、存分に楽しみたいなら1泊2日での滞在がおすすめ。

data

新潟県十日町市松代3743-1 tel.025-595-6180

10:00~17:00(最終入館16:30) 火水休

入館料:まつだい「農舞台」フィールドミュージアム券大人1,200円、小中学生600円

Pあり



感じてみよう!

里山に作品が点在

周辺に多数作品が点在していることから一帯を“フィールドミュージアム”と呼ぶ。まつだい「農舞台」から、山の頂上にある松代城までの約2キロの間に、たくさんの作品と出会う



リバーズ・シティー
パスカル・マルティン・タイユ



地元の食を楽しむ

野菜を中心に旬の食材で作った日替わりランチ(平日)や、郷土料理をアレンジしたビュッフェ(土日祝日)を提供。食堂そのものがアート作品になっていて、景色を眺めながら食事ができる



ECHIGO-TSUMARI
ART TRIP



大地の芸術祭と
里山の自然を体感する



日本三大峡谷の絶景が
大人気のアート作品に!

芸術祭の拠点施設

4



芸術・芸能
PERFORMING ARTS

きよつぎょうけいこくトンネル／トンネルオブライト

清津峡溪谷トンネル／ Tunnel of Light

日本三大峡谷のひとつとして知られ、国の名勝及び天然記念物にも指定されている清津峡。川を挟んで切り立つ巨大な岩壁は圧倒的なスケール感で、火山活動や海底の隆起など長い長い地球の歴史と自然の力強さを感じさせてくれる。雄大な柱状節理の岩肌とエメラルドグリーンの清津川の景観は素晴らしく、訪れる人々に感動を与えてくれる。2018年、中国の建築家集団「マ・ヤンソン / MADアーキテクト」のアート作品として改修され、歴史あるトンネルが大きな変貌を遂げた。全長750メートルのトンネルの終点にある「ライトケープ(光の洞窟)」は、清津峡の景観を反転して映し出す水盤鏡。その幻想的な眺めを現地で体感してほしい。

data

新潟県十日町市小出突2119-2 清津峡溪谷トンネル
tel.025-763-4800
8:30~17:00(最終入場16:30。12月~2月は9:00~16:00。
最終入場15:30)
無休(降雪状況により休坑の場合あり)
料金:大人1,000円、小中学生400円(繁忙期は事前予約制)
Pあり

Tunnel of Light
マ・ヤンソン / MAD アーキテクト

FOOD
郷土食



季節の山菜や野菜を堪能!
田舎の実家のような家

食
LOCAL FOOD

うぶすなのいえ

うぶすなの家



1924年に建てられた越後中門造りの茅葺き民家を日本を代表する陶芸家の手によって再生。2006年に芸術祭の作品として誕生した。囲炉裏やかまど、お風呂が整えられ、現在は宿泊も可能。個性的な陶芸作品と郷土料理をテーマにした美術館兼レストランとして大人気の施設。囲炉裏やかまどのある空間で、この集落のお母さんたちが手作りする料理は、どれも旬の野菜や山菜が使われ季節を味わうことができる。料理の器も陶芸家の作品となっている。

data 新潟県十日町市東下組3110 tel.025-755-2291
11:00~15:00(ランチ11:00~15:00、LO14:00。~11月5日(日)の土・日曜、祝日のみ営業。※作品鑑賞パスポートや共通チケット提示または入館料500円が別途必要。2024年の営業は未定) 月~金休 席30 Pあり

ONSEN
温泉



松之山の景色とともに
日本三大薬湯に身を委ねて

自然・環境
NATURE

ナステビュー 湯の山

ナステビュー 湯の山



松之山温泉郷は日本三大薬湯のひとつとして知られる天然温泉。約1200万年前の化石海水が地圧によって温められ、源泉は90度以上。ナステビュー 湯の山は薬効成分の豊富な温泉と松之山の自然を気軽に楽しみたいという人におすすめの日帰り温泉施設だ。天然の地下水を使った熱交換システムで、高温で知られる松之山温泉の源泉濃度を保ったまま最適な温度へ変換している。露天風呂では四季折々の絶景を楽しむことができる。

data 新潟県十日町市松之山湯山1252-1 tel.025-596-2619
10:00~22:00(最終受付21:30) 金休 入浴料:中学生以上700円(17:00以降は600円)、小学生400円、3歳以上200円 Pあり

大地の恵みに浸り、土地の食を味わう

ユニークなレストランや、温泉に浸れば芸術祭がもっと楽しくなる!

ONSEN
温泉



100%自家源泉かけ流し
地元で親しまれる美肌の湯

自然・環境
NATURE

えちごたなかおんせん しなのそう

越後田中温泉 しなの荘



長野との県境に位置し、豊かな大自然に囲まれた静かな湯宿。温泉と地元ならではの食を楽しむ宿泊プランを用意するほか、日帰り入浴も可能。自慢の温泉は自家源泉100%。茶褐色のお湯は、しっとりスベスベの美肌になると地元民から愛されている。ほどよい湯温なので、じっくり浸かって満喫したい。また、露天風呂からは自慢の庭園を見ることができ津南の四季を感じることができる。春は満開の桜、冬には降りしきる雪景色が待っている。

data 新潟県中魚沼郡津南町上郷上田乙2163 tel.025-765-2442
8:00~21:00(日帰り入浴は11:00~20:00) 不定休
入浴料:大人700円、3歳~小学生350円 Pあり

FOOD
郷土食



地元の女衆がお芝居をしながら
料理を提供するレストラン!?

食
LOCAL FOOD

かみごうクラブレストラン「ほくえつせっぽ」

上郷クローブ座レストラン
「北越雪譜」



photo_Yanagi Ayumi

2012年に廃校となった津南町立上郷中学校の建物を利用した大地の芸術祭のためのパフォーミングアーツの拠点。アート作品が展示されているほか、食をテーマに活動する現代美術作家、EAT&ART TAROのプロデュースによるパフォーマンスレストランが面白い。江戸時代のベストセラー『北越雪譜』をモチーフにして、地元の女衆(おんなしよ)がお芝居風に、明るく楽しく津南産の食材を使った料理を提供する。期間限定でオープン。

data 新潟県中魚沼郡津南町上郷宮野原7-3 tel.025-761-7767(「大地の芸術祭」の里総合案内所) 期間限定営業(2023年は終了) 料金:2,500円(完全予約制。作品鑑賞パスポートや共通チケット提示または入館料一般600円が別途必要 Pあり)

里山の自然に触れ、 原点回帰する時間。

365日、変わり続ける
自然の声に耳を澄ませて

大地の芸術祭が開催される十日町市と津南町は、別名で越後妻有（えちごつまり）とも呼ばれる。新潟県南部に位置していて、信濃川中流の盆地を中心に栄えてきた山あいの地域だ。雄大な河岸段丘をはじめ自然が織りなす美しさや力強さ、スケール感をダイレクトに感じることができるところだ。また、この地域は冬に吹く北西の季節風や日本海に流れ込む暖流、そして越後山脈の影響から県内でも有数の豪雪地

帯となっている。平均で毎年2メートル以上の積雪があり、人々は半年近くもの間、雪とともに暮らしているのだ。だからこそ、この土地にとって春の訪れはとても特別で待ち遠しいもの。

例年大地の芸術祭は雪が解け、山々から水が流れ出し、緑が芽吹き出す春から冬にかけて季節に合わせた企画展やイベントを展開する。アートを目的に訪れてほしいのはもちろんだが、それとともに春夏秋冬、日ごとに異なる表情を見せてくれる、越後妻有の自然にも旅のなかで触れてほしい。





自然・環境
NATURE

びじんばやし

美人林

松之山地区にあり、3ヘクタールほどの丘陵に、樹齢約100年ほどのブナの木々が生い茂る林。その立ち姿があまりに美しいことからこの名が付いた。大正末期、木炭にするため全て伐採され裸山になったが、翌年ブナが一斉に芽生えて成長し、現在の姿になったと言われている。また、多くの野鳥が生息していることでも知られている。一歩林の中に入れば、澄み渡るひんやりとした空気と美しい木漏れ日、鳥たちのさえずりに思わず時間を忘れてしまう。

data

新潟県十日町市松之山松口1712-2付近
問:松代・松之山温泉観光案内所
tel.025-597-3442



自然・環境
NATURE

りゅうがくぼのいけ

龍ヶ窪の池

龍ヶ窪は1974年に新潟県の自然環境保全地域に指定され、全国名水百選にも選ばれた美しい池。昔から地域の人たちによって守られてきた自然に囲まれた池からは1日約43,000トンの水が湧き出ており、1日1回池全体の水が入れ替わるというから驚きだ。これほどの豊富で良質な湧水はほかには見られない。水は飲料水としても人気があり、自由に持ち帰ることができる。ブナやスギの林で覆われた佇まいはとても神秘的で、数々の竜神伝説も残る。マイナスイオンをたっぷり浴びよう。

data

新潟県中魚沼郡津南町谷内6217

問:津南町観光協会

tel.025-765-5585

里山の自然に触れ、
原点回帰する時間。

ECHIGO-TSUMARI
ART TRIP



大地の芸術祭と
里山の自然を体感する



自然・環境
NATURE

あきやまごう

秋山郷

信濃川の支流である中津川の上流域に点在する集落の総称が秋山郷。新潟県津南町の8集落と長野県栄村の5集落で構成されている。『北越雪譜』の著者、鈴木牧之が「桃源郷」と呼んだと言われる峡谷地帯で、冬は深い雪に閉ざされる。今も歴史にとり残されたように昔の生活を色濃く残す場所だ。写真は中津川に架かる見倉橋（みくらばし）。見事なシルエットの木製の吊橋からは渓谷の絶景が見られる。映画『ゆれる』や、NHK大河ファンタジー『精霊の守り人』のロケ地にもなったことで有名な橋。

data

新潟県中魚沼郡津南町秋山郷

問:津南町観光協会

tel.025-765-5585



自然・環境
NATURE

かがんだんきゅう

河岸段丘

越後妻有の信濃川流域。特に中津川と信濃川合流地域には、国内でも有数の河岸段丘が形成されている。階段のような地形は地球規模の気候変動を背景に、40数万年からの大地の隆起と河川のはたらきによって形成されたもの。高い段丘ほど古く、平らな段丘面は昔川原だった。段丘崖の高さや段丘面の広がり、そして9段もの段数は日本最大規模と言われる。そして、古い段丘から新しい段丘までが明瞭に一望でき、40数万年の段丘が残っているのは日本でも珍しい。

data

新潟県中魚沼郡津南町外丸3227付近
(川の展望台)

問:津南町観光協会

tel.025-765-5585



ブンカ
ビト

CULTURAL
BATON
PASSER



食
LOCAL FOOD

来てくれる人たちがいるから、

私も元気でいられる

小宮山マツノさん

Matsuno Komiya

十日町市東下組にあり、2006年に誕生した「うぶすなの家」を切り盛りするスタッフ。料理が大好きで、季節ごとの山菜や自家栽培の野菜を使い、この土地ならではの郷土料理を提供する。得意なのはぜんまいを使ったメニュー。

うぶすなの家

小宮山マツノさん

その日の朝に採ったばかりの山菜や野菜が味わえる「うぶすなハイカラ定食」は1,500円～。



大地の芸術祭は国内外から訪れた人たちが作品鑑賞を楽しみ、地域の人たちと触れ合いながら、里山のよさを体感できるイベント。そして、すでに20年以上続いてきたこの芸術祭は十日町や津南に暮らす人たちにとっても、楽しみのひとつであったり、大きな生きがいになったりと、地域の活力になっている。訪れる人、そして住む人——双方にとつての豊かな時間を大地の芸術祭はもたらしている。

2006年に誕生したうぶすなの家は、築100年ほどの茅葺き民家を日本を代表する陶芸家、入澤美時、安藤

邦廣の手によって再生。囲炉裏やかまど、お風呂が整えられ、現在は宿泊も可能。「やきもの」と郷土料理を提供する作品兼レストランとして、芸術祭には欠かせないのできないスポットだ。ここでスタッフのひとりとして郷土料理を作り、訪れる人を笑顔にしているのが小宮山マツノさん。「山菜も採るし、田んぼもやっているし、野菜も作ってる。全部、季節が順番にやってくるから。でも一番楽しいのは春のぜんまい採り。おいしいし、いい値段で売れるしねえ(笑)」。屈託のない笑顔で今日のメニューに使っている野菜

「雪が解けて山菜が出たら、それをいただく。自然は正直だよ」

のことや、里山での暮らしのことを話す姿は、まさに十日町の女衆(おんなしよ)そのもの。小宮山さんの存在そのものが、うぶすなの家の明るい雰囲気となっている。定食の日替わり小鉢は、野菜中心の副菜を小宮山さんを含めた当番のスタッフがその日の朝の材料を見て決める。だから、これ以上ない土地の旬を味わえる。「おいしいって言うってもらえるのが何よりもうれしい。言ってくれるまでお客さんと喋ることもあるくらい(笑)」。小宮山さんが嫁いできた当時は、まだこのあたりの地域は集落や家ごとの結びつきがそれほど強くなかったという。「芸術祭

が始まり2006年にここができて働くようになってから、このあたりの人も集落も変わったし、私自身も変わった。山菜を採って野菜やお米を育てて、ここで料理を作って振る舞うのがこれ以上なく楽しい！ いろんな人に会えるし、いろんな言葉も聞ける。世界からいろんなファッションの人も来るから、私もおしゃれしなきゃと思う(笑)。大げさじゃなくて世界が変わったね。だからうぶすなの家に心血を注いできたよ。ここがあつて本当によかったし、外の人たちとつながることがこんなにも楽しいんだって、教えてくれたのがこの家なんだ」。



うぶすなのいえ

うぶすなの家

data

新潟県十日町市東下組3110

tel.025-755-2291

11:00～15:00(ランチ11:00～15:00、LO14:00。～11月5日(日)の土・日曜、祝日のみ営業。※大地の芸術祭作品鑑賞パスポートの提示または入館料500円が必要。2024年の営業は未定)

月～金休

席30 Pあり

圧倒的存在感の 火焰型土器と

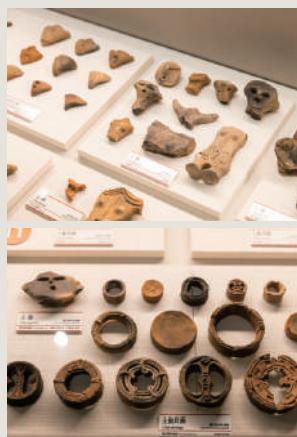


火焰型土器とは？

火焰型土器(かえんがたどぎ)は、縄文時代中期を代表する土器の一種。燃え上がる炎を模したかのような形状の土器を指す。縄文土器の中でも特に装飾性豊かな土器である。

Earthenware and Jomon Culture

圧倒的な造形美の火焰型土器が作られた大地に身を置けば
それを作った縄文人たちと心が触れ合えるかも。



十日町市の遺跡からは土器のほかにも子孫の繁栄を願ったとされる土偶や石棒などが出土。また、髪飾りや耳飾り、首飾りといった、いわゆるファッションアイテムが数多く出土している。新潟の縄文人はファッションに関心を持つ豊かな感性を持っていたに違いない

新潟県には数多くの縄文時代の遺跡があるが、それが信濃川流域に集中、400箇所以上も発見されており、それは規模と密集度が日本有数であったことを物語っている。出土する土器の中でも、力強く燃え上がる炎をイメージさせる圧倒的な造形の火焰型土器は縄文時代中期を代表するもので、この地の山、川などの地形や風土などが大きく影響していたと考えられている。また、火焰型土器と一緒に土偶やヒスイの大珠など豊富な種類の祭祀の道具も出土しており、全国的にも珍しいこの流域の縄文文化の特徴と言える。火焰型土器を作った人々の「ムラ」は、信濃川流域の河岸段丘上に多い。中央の広場を囲むように堅穴住居があり、ほかに、墓地、貯蔵穴、ゴミ捨て場などが計画的に配置されている。縄文人が暮らしたムラの跡に佇めば、5000年前の風景を追体験できるかもしれない。

火焰型土器の
ふるさと新潟





史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

ささやまいせき

笹山遺跡

野球場や陸上競技場の建設に伴い、1980年から1985年まで7回にわたる発掘調査が行われ、住居跡や炉跡などの遺構と土器や石器など多くの遺物が出土。特に、約5,500年前に作られた火焰型土器をはじめとする深鉢形土器57点と石器や土偶などを合わせた928点が、1999年国宝に指定される。現在は、自由に見学できる2棟の竪穴住居も復元され、広場として開放されている。

data 新潟県十日町市中条乙3081

十日町縄文ツアーズ

国宝・火焰型土器が出土した貴重な笹山遺跡を一夜限りのレストランに生まれ変わらせる「縄文レストラン」をはじめ、解説付きでご覧いただける十日町市博物館や笹山遺跡の見学など、縄文の里だからこそできるリアルな体感プログラム。

data 問:十日町市観光協会
tel.025-757-3345

信濃川上流域の 縄文文化



信濃川上流域で発見された 数々の火焰型土器を見学



国宝の火焰型土器を360度方向から観察することができる「国宝展示室」。数々の火焰型土器は入れ替えて展示されている



- 1 13つの展示室に導く入り口では、各展示テーマの基本情報をグラフィックスを使って解説している
- 2 「織物の歴史」の展示室では、古代から現代までの織物の生産工程や歴史などを紹介している
- 3 火焰型土器の文様を表現したデザインの外壁



史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

十日町市博物館 TOPPAKU とおかまちしはくぶつかん トップアク

県内唯一の国宝を展示する施設として、2020年6月にリニューアルオープン。「国宝・火焰型土器のふるさとー雪と織物と信濃川ー」をテーマに、「国宝・火焰型土器をはじめとした縄文文化」、「古代からの歴史をもつ織物文化」、これらを生み出す原動力となった「雪と信濃川の恵みと文化」を紹介する。最新のVR技術を使った仕掛けなど、大人から子どもまで楽しめる展示となっている。

data

新潟県十日町市西本町1-448-9
tel.025-757-5531
9:00~17:00
月休(祝日の場合は翌日)、12月28日~1月3日
入館料:大人500円、中学生以下無料
Pあり

国宝に指定された「縄文雪炎(じょうもんゆきほむら)」(指定番号1)をはじめ、数多くの火焰型土器が出土した信濃川上流域で、実際に火焰型土器を見ることができ、ぜひ間近でご覧あれ。



日本遺産

日本遺産は、文化庁が認定した、地域の歴史的的魅力や特色を通じて日本の文化・伝統を語るストーリーである。

雪国・魚沼は、 火焰型土器の国だった。



新潟県立歴史博物館

専門研究員

宮尾 亨さん

Toru Miyao

縄文時代の生活を再現展示し、5,000年前にタイムスリップしたような経験を提供する新潟県立歴史博物館の研究員。考古学を専攻し、文字記録のない縄文時代の文化や社会を研究している。

現代人には奇異に映る造形の火焰型土器は、今から5,000年ほど前、このあたりでは珍しいものではなかった。国宝十日町市笹山遺跡出土品をはじめ、国史跡津南町沖ノ原遺跡などに優品が数多くある。この地の博物館を訪れると、火焰型土器の展示数量に圧倒される。芸術家の岡本太郎は火焰型土器を見て「なんだ、コレは!」と叫んだと伝わる。彼同様、破格の造形に芸術性を感じる現代人は多いが、火焰型土器は縄文時代の土鍋に相当する。クリやトチなどを煮炊きした痕跡のオコゲがこびりつき、海産物の加熱で生じる成分が沁み込んでいる。海から遠く離れた魚沼には木の実の豊富な落葉広葉樹林が広がり、信濃川や魚野川には海育ちの鮭が遡上した。火焰型土器は、こうした自然の恵みを生かした縄文文化の粋だった。

史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

農と縄文の体験実習館「なじもん」

のうとじょうもんのたいけんじっしゅうかん
なじもん

縄文文化は自然と共生していたことから、体験実習を通して自然と共生した縄文哲学や生活の知恵を学ぶことを目的とした施設。縄文ムラもあり、さまざまな体験プログラムが用意されている。また、苗場山麓ジオパークの拠点施設でもあり、ジオ・エコ・カルチャーを知ることできる。

data

新潟県中魚沼郡津南町大字下船渡乙835

tel.025-765-5511

9:00~17:00(最終入館16:30)

月休(祝日の場合は翌平日)、12月28日~1月4日

入場料:無料(有料企画展会期は大人300円、中学生以下無料。体験実習参加者は実習料が必要) Pあり

史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

津南町歴史民俗資料館

つなみまちれきしみんぞくしりょうかん

旧石器時代から縄文時代にかけての遺跡が多く点在する津南町。全国的にも貴重な遺跡も多く見られる。考古資料のほかに、この地域全体から集められた生産や生活に使われた民具も展示。敷地内には、1974年まで実際に人が住んでいた雪国特有の茅葺の保存民家がある。

data

新潟県中魚沼郡津南町大字中深見乙827

tel.025-765-2882

(津南町教育委員会tel.025-765-2299)

9:00~16:30

月休(祝日の場合は翌平日)、12月28日~3月10日

入館料:大人210円、学生100円 Pあり

史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

守門民俗文化財館

すもんみんぞくぶんかざいかん

豪農目黒邸に併設された施設で、雪国の風土の中で創り出され、継承されてきた地方の生活用具、農耕具、養蚕・紡織用具などの民俗文化財や写真、パネル、解説画などを展示。また、正安寺遺跡から出土した火焰型土器のレプリカも展示されている。

data

新潟県魚沼市須原892

tel.025-797-3220

9:00~16:00

無休

入館料(目黒邸共通):大人500円、小人100円

Pあり



子どもと一緒に 2-

十日町市立里山科学館 越後松之山「森の学校」キョロロで 自然を学ぶ



松之山地域の自然・風土をいかした
体験ができる科学館。
生き物が好きな子どもたち集まれ!

1
2

1日本の昆虫好きで知らない人はいない、松之山出身の昆虫商・志賀卯助(しがうすけ)氏が生涯で集めたチョウのコレクションの一部を展示
2里山の豊かな資源を使った創作活動ができる木工コーナーでは工作が楽しめる

学芸員

小林誠さん

Makoto Kobayashi



森や川、田んぼに出て植物・昆虫の生態を学んでみよう



大自然のフィールドは学びの場



多種多様な動植物が暮らす大自然に囲まれたキョロロはまさに「森の学校」。本物に触れ、図鑑よりもさらに深い学びへ

とおかまちしりつさとやまかかかん えちごまつのやま もりのがっこう キョロロ

十日町市立里山科学館 越後松之山「森の学校」キョロロ

松之山地域の里山の生物多様性をテーマにした、参加体験型の自然科学館。キョロロという名前はこの辺りのブナ林で繁殖をするアカショウビンという野鳥の鳴き声が由来となっている。館内では両生類や魚類の生体展示、はく製や標本といった常設展示をはじめ、見て触れて楽しめる企画展示などを年3～4回開催。里山の自然をより深く学べるワークシート「キョロロからの挑戦状」を使い、館内での発見や心に響いたことをアウトプットできるような仕掛けも用意されている。土・日曜、祝日には豊富な自然体験イベントを実施。学芸員や研究員がインストラクターを務める「里山の生き物探検」や科学の考え方をういて生き物の生態を探る「キョロロ生物部」など、ラインナップは多岐にわたる。

data

新潟県十日町市松之山松口1712-2
tel.025-595-8311

9:00～17:00(最終入館16:30)

火休(祝日の場合は翌平日)

冬季は火水休

入館料:高校生以上500円、

中学生以下無料 Pあり



自然・環境
NATURE





キョロロの学芸員と一緒に 自然観察をしよう

博士号を有する学芸員が先生となり、周辺の里山を案内。自然観察や昆虫採集を通して、動植物のおもしろさをより深く学べる定番イベントだ。詳しい解説付きで子どもたちから大好評。本物に触れることで、図鑑とは違う五感の学びがそこにある。現地では森林や水辺に暮らす多種多様な生き物を実際に網を使ってキャッチ！昆虫・魚・両生類など都会ではあまり見られない里山の仲間たちに会えること間違いなし。



通年実施

雪原で学ぶ



12月下旬～4月下旬実施



四季を通じて 体験がいっぱい

十日町市は県内でも屈指の豪雪地帯。冬になると4メートルも雪が積もることがあり、キョロロの建物がすっぽりと埋まってしまうほど。そんな中、雪上を歩くスノーシュー体験は子どもたちに大人気。年間10万人が訪れるブナ林「美人林」の中を散策してみよう。枝の先に雪が付着して白い花が咲いたように見える現象「雪の花」が見られたらラッキー！雪景色を眺めるだけでなく、スノーシューを履いて歩いてみると動物の足跡などの新たな発見があるはず。

普段は見られない 夜の森を探検だ！

日が沈み、暗くなった里山の森は昼間とは違ってちょっぴりスリリング。みんなで行けば怖くない？夜の森を舞台にした「夜の里山探検」は、夜に活動する生物の観察会。普段はなかなかできない非日常の体験に子どもたちは大興奮するはず！このほか、「ホタル観察会」や自由研究支援プログラム「昆虫標本づくり講座」といった昆虫をテーマにしたイベントなど、豊富なラインナップだ。

夜の森で学ぶ



6～10月実施

魚沼

方言クイズ
(第2問)

Q.「ごーぎな雪だね」とは、どんな意味でしょう？

- ▶ A. とても美しい雪だね
- ▶ B. すごい量の雪だね
- ▶ C. 豪華な雪像だね

答えは
P.94



魚沼市 文化カタログ

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

おくただみこ

03 奥只見湖



自然・環境
NATURE



新潟屈指の紅葉スポット
遊覧船からの景色は格別の美しさ

奥 只見シルバーラインの長いトンネルを抜けた先に広がるのは、貯水量6億トンを超える国内最大級の人造湖。「日本紅葉の名所100選」に選ばれており、秋には絶景目当てに大勢の人が訪れる。湖面に映し出される色鮮やかな紅葉は見応えあり。湖上から雄大な自然を臨む遊覧船もおすすめ。

data
新潟県魚沼市湯之谷
芋川字大鳥1317-3
tel.025-795-2750
(奥只見観光)
Pあり

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

しおりとうげ

01 枝折峠



自然・環境
NATURE



雲海が山に沿って流れる「滝雲」
まるで別世界のような景色に会いに行こう

奥 只見湖で発生した大量の雲海が山の稜線を越え、山肌に沿って流れ落ちる「滝雲」を見られる絶景スポット。車で行けて道路脇から滝雲を見られる手軽さも人気の理由。気温差の激しい秋の、夜から早朝にかけての時間帯に発生しやすい。自然が織り成す神秘的な光景は息をのむ美しさ。

data
新潟県魚沼市灰の又～
銀山平
tel.025-792-7300
(魚沼市観光協会)
11月上旬～6月下旬頃は
冬期閉鎖
Pあり

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

とがくしじんじゃ

04 戸隠神社



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



権現堂山の登山口にある戸隠神社の分社
大きな池がある公園散策も楽しむ

魚 沼市広神地区にある戸隠神社は、豊作神として昔から地元民の信仰を集めてきた。境内には長野の戸隠神社奥社にある九頭龍神社の御神体があり、毎年7月の第2日曜にご開帳が行われる。近くにある戸隠溪流歴史公園で遊ぶファミリーや、権現堂山の登山客なども参拝に訪れる。

data
新潟県魚沼市長松地区
tel.025-792-7300
(魚沼市観光協会)
Pあり

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

はなとみどりゆきのさと

02 花と緑と雪の里



自然・環境
NATURE



四季折々の表情をみせる里山公園
見渡す限りのピンクの絨毯は圧巻

「魚 沼の里山公園の創出」をテーマにした公園。春には約1ヘクタールの敷地に咲き誇る20万株もの芝桜が来場者をお出迎え。遠くには残雪の美しい越後三山も望め、芝桜と一緒に楽しめる。夏のホタルが飛び交う幻想的な光景や、秋の紅葉など一年を通して魚沼の自然を満喫できる。

data
新潟県魚沼市根小屋5544-1
tel.025-780-4560
(むつみグループ)
冬期は雪のため休園
Pあり

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

えちごハーブこうえんいりひろせ

07 越後ハーブ香園 入広瀬



自然・環境
NATURE



季節ごとの草花が迎えてくれる高台の公園
泊まる・作る・遊ぶなど楽しみ方は無限大

趣の異なる4つのガーデンをはじめ、キャンプサイトや芝のサッカーコート、テニスコート、バーベキュー広場など充実した設備が魅力の人気スポット。ハーブを使ったオリジナルの石けんや入浴剤作り、大きなブナの木を登るツリークライミングなどもあり、大人から子どもまで楽しめる評判。

data
新潟県魚沼市横根3118-1
tel.025-796-2120
9:30~17:00(総合案内所)
営業は5~10月
(営業期間中は無休。雪解けの状況により変動あり)
Pあり

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

きゅうさとうけじゅうたく

05 旧佐藤家住宅



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



江戸時代中期に建てられた農家建築の遺構は
魚沼地方の代表的な「中門造り」の古民家

閑 静な地にひっそりと建つ佐藤家は、県内や東北地方の民家に見られる「中門造り」という建築様式の農家。幕末~明治初期には寺子屋としても使われたそう。母屋の隅から中門と呼ばれる突出部が付くのが特徴で、県内最古の中門造りの建物として1977年に国の重要文化財に指定された。

data
新潟県魚沼市大倉1273-1
tel.025-795-5015
(魚沼市教育委員会事務局
生涯学習課 文化財係)
9:00~17:00
営業は4~11月
(営業期間中は無休)
入館料100円
Pなし

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

みやしゅうじきねんかん

08 宮柊二記念館



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



越後が生んだ昭和を代表する歌人・宮柊二
ふるさとの情景を詠んだ歌に想いを馳せる

宮 柊二は魚沼市(旧堀之内町)出身の歌人。北原白秋に弟子入りし、戦時中も歌を詠み続け、歌誌『コスモス』を主宰するなど昭和歌壇を牽引した。記念館には軸、色紙、愛用の文具類など遺品約300点を展示。その多くは生まれ育った魚沼の風土や四季を詠んだ作品が残る。

data
新潟県魚沼市堀之内117-6
tel.025-794-3800
10:00~16:00
月休(祝の場合は翌日)
入館料:大人400円、
小・中学生200円
Pあり

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

めぐるてい

06 目黒邸



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



5年の歳月を費やして建てられた豪農の屋敷
離れ座敷の茶室から見る中庭も見事

1 797年に建てられた豪農住宅。旧会津街道に沿って石垣を築き、冠木門を設けるなど、中世武士の館を思わせる屋敷構えで国の重要文化財にも指定されている。江戸時代初期からの貴重な資料の展示や、現存する数々の蔵、隣接する離れ座敷など、往時の繁栄を偲ぶ見どころ満載。

data
新潟県魚沼市須原892
tel.025-797-3220
(目黒邸管理事務所)
9:00~16:00
無休
入館料:大人500円(目黒邸・民俗文化財館のみ300円、目黒邸資料館のみ200円)、小・100円
Pあり



UONUMA
CITY
Culture
Tourism

ホルモン焼き

11 ホルモン焼き



食

LOCAL FOOD



魚沼人が愛してやまないソウルフード
全国でも珍しい生もつ焼きを味わって

魚 沼の地元グルメとして愛されているもつ焼き。一般的には下茹でしたホルモンを使うが、魚沼では生の状態で焼くのが特徴。地元民から絶大な支持を受ける名店「やまに」で提供するのは新鮮な生ホルモンのみで、ホルモン（シロ）、ハラミ、レバーなどさまざまな部位をリーズナブルに味わえる。

data
【やまに】
新潟県魚沼市小出島124-26
tel.025-792-0120
17:00～22:00
日祝休
席数40
Pなし

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

生活文化
LIFE CULTURE



12

堀之内やな場

ほりのうちやなば

魚野川を眺めながら伝統のやな漁で捕れた新鮮な魚料理に舌鼓



木 や竹などで作ったすのこ状の「やな」を川に設置する伝統的な「やな漁」で捕れた魚料理が自慢の観光レストラン。塩焼きやフライ、甘露煮など旬の魚を使った料理はどれも絶品だ。食事を注文すると店の横にあるやな場を見学でき、運が良ければ打ち上げられた魚を見ることができる。

data
新潟県魚沼市堀之内根小屋726-1
tel.025-794-2001
9:00～16:00
(食堂は～17:00、LO16:00)
営業は4～12月
(営業期間中は無休)
Pあり

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

えんぶくじ

09 圓福寺



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



国指定重要文化財の仏像に出会える古刹
杉の巨木に歴史を感じる静寂の境内

奈 良時代に北越鎮護の道場として開創された名刹。上杉謙信公が戦勝祈願したと伝わる「多聞天像」や良縁成就の「阿弥陀如来像」は鎌倉時代の作で、国指定重要文化財に指定されている。境内には樹齢400年以上の大杉が聳え、隠れキリシタンの地藏菩薩像が微笑んでいる。

data
新潟県魚沼市佐梨433
tel.025-792-0871
9:00～16:00(事前予約制。
文化財説明と参拝の案内)
12～4月下旬頃は積雪のため
閉堂
Pあり

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

うおぬましふくやましんでん『ふくやまだいこ』

10 魚沼市福山新田『福山太鼓』



芸術・芸能
PERFORMING
ARTS



一度途絶えた福山太鼓が十数年ぶりに復活
山に囲まれた福山新田の自然と共に楽しむ

日 本原風景が広がる山に囲まれた魚沼市福山新田には、かつて子どもたちを中心に演奏されてきた伝統ある福山太鼓があった。中越地震を機に途絶えたが、関東で活躍する打楽器奏者の永原元さんが地元住民とともに復活を目指している。現在は集落のお祭りなどで披露している。

data
問:魚沼市観光協会
tel.025-792-7300

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

うらまきはたけいこく

15 裏巻機溪谷



自然・環境
NATURE



絶え間なく響く水音を聴きながら
見どころ満載の溪谷散策でリフレッシュ

日 本百名山のひとつ、巻機山の北面を源流域とする五十沢川によって創り出された溪谷。兩岸には絶壁がそそり立ち、岩肌と樹木の美しいコントラストなど、6キロにおよぶ溪谷美を誇る。片道およそ2.5キロのトレッキングコースでは、方々から響く水音を聴きながら多くの滝や巨大な岩を望める。

data
新潟県南魚沼市永松
tel.025-774-2142
(五十沢キャンプ場管理組合)
Pあり

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

うえだのさと

16 上田の郷



自然・環境
NATURE



田舎ならではの文化と食を伝え
通年楽しめる体験施設

田 植えや稲刈り、かまくらなど季節ごとの自然体験のほか、そば打ちやちまき作りといった食文化体験ができる魚沼の魅力発信施設。自家製のコシヒカリやそば粉、地場野菜を使用した田舎料理を提供する食堂も評判。食事だけの利用もでき、ほっとする味わいの料理にファンも多い。体験は要予約。

data
新潟県南魚沼市長崎2970-1
tel.025-782-1197
10:00~15:00(L014:30)
水休
そば打ち体験
(2名以上で受付):1,700円
Pあり

UONUMA
CITY
Culture
Tourism

ぼんおどり だいのさか

13 盆踊り 大の阪



まつり・イベント
FESTIVAL



ユネスコ無形文化遺産に登録された
先祖供養の想いを残す伝統行事

毎 年8月14日から16日の夕方に八幡宮境内で行われる盆踊り。ゆったりとした七拍の太鼓に哀調に満ちた古風な節まわしが特徴で、どの歌詞にも「南無西方(なむさい)」と入ることから、別名「念仏踊り」とも呼ばれている。優雅でたおやかな踊りは、飛び入り参加も大歓迎。

data
毎年8月14日~16日開催
会場:八幡宮
(新潟県魚沼市堀之内
3429-1)
問:大の阪の会 事務局
tel.090-7225-0341

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

しんりんこうえん てんじくのと

14 森林公園 天竺の里



自然・環境
NATURE



「天国のように美しく、訪れる人を魅了する」
と称される森林公園

名 峰・巻機山登山道の出発点にもなる森林公園。ユニバーサルデザインの遊歩道などもあり、子どもからご年配まで無理なく自然散策を楽しめる。不思議な光を放つ植物「ヒカリゴケ」や多彩な樹木、迫力満点の不動滝や巨岩など見どころ満載。なお入山前に五十沢キャンプ場で受付が必要。

data
新潟県南魚沼市永松941
(五十沢キャンプ場)
tel.025-774-2142
(五十沢キャンプ場管理組合)
9:00~17:00
営業は5月中旬~11月
(営業期間中は無休)
協力金:大人400円、小人200円
Pあり



MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

かんこうじ

19 関興寺



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



「関興寺の味噌なめたか」の言葉が有名な上杉家ゆかりのお寺

上 杉謙信から寄進された600巻もの経文を味噌桶に入れ、戦火から守ったという言い伝えがあり、「お参りの後にご利益がある味噌を頂きましたか？」の問いかけとして、「関興寺の味噌なめたか」という言葉が生まれた。今もご利益のある味噌は存在し、参拝時に味わうことができる。

data
新潟県南魚沼市上野267
tel.025-783-2111
9:00~16:30
拝観料300円
Pあり

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

うんとうあん

17 雲洞庵



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



南魚沼で生まれ育ったふたりの戦国武将
上杉景勝と直江兼続が学問を学んだ寺

上 杉景勝や直江兼続が少年時代に学問を学んだお寺として有名。赤門から本堂へと続く石畳の下には法華経が一石一字に押し埋められ、この石畳を踏みしめてお参りするとご利益があるといわれている。上杉景勝の書簡や戦国武将の古文書など貴重な資料が残る宝物殿の見学もぜひ。

data
新潟県南魚沼市雲洞660
tel.025-782-0520
9:00~17:00
(受付は閉門30分前まで。
冬期は9:30~16:00)
水休(祝、正月期間除く)
拝観料300円
Pあり

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



20

龍澤寺

りゆうたくじ

上杉景勝の居城・樺沢城跡と共に訪れたい
上杉家と縁の深いお寺



上 杉謙信が送ったとされる貴重な御朱印や、謙信の姉・仙桃院のお花畑跡、上杉景勝の生誕の碑など、上杉家ゆかりのものが多数残っている。また、ご本尊は「三人寄れば文殊の智慧」で知られる文殊菩薩ということで、試験の合格祈願、学業成就を祈願する人も訪れる。

data
新潟県南魚沼市樺野沢30
tel.025-782-1464
8:30~16:30
Pあり

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

はっかいさんゆきむろ

18 八海山雪室



生活文化
LIFE CULTURE



貯雪室と雪中貯蔵庫を備える
自然対流式の雪室

冬 に積もった1,000トンにも及ぶ雪を蓄えることで、年間を通して4度前後の環境を保ち、専用に仕込んだ日本酒、約36万リットルを貯蔵することができる。1日10回開催している『雪中貯蔵庫見学ツアー』では、スタッフの案内のもと、天然冷蔵庫の冷感を実際に体験できる(当日予約制・先着順)。

data
新潟県南魚沼市長森459
魚沼の里内
tel.025-775-7707
10:00~17:00
無休
Pあり

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

かばさわじょうせき

23 樺沢城跡



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



交通の要衝に建っていた上杉景勝ゆかりの城
本丸跡からの眺望も素晴らしい

関 東へと通じる三国街道、清水街道の分岐点を抑える交通の要衝に建っていた樺沢城。「御館の乱」では北条軍侵攻の最前基地で上田口攻防の拠点となった古戦場としても知られている。県指定史跡になっており、本丸跡からは往時の上田庄がほぼ一望できるほか巻機山など越後山脈が望める。

data
新潟県南魚沼市樺野沢
tel.025-783-3377
(南魚沼市観光協会)
Pあり

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

なおえかねつぐこうでんせいかん

21 直江兼続公伝世館



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



戦国時代の面影を肌で感じられる資料館
兼続が徳川家康に送りつけた「直江状」は必見

坂 戸山の麓、銭淵公園内に位置する直江兼続の生家をイメージした資料館。南魚沼市内の古民家を移築した建物には、甲冑や槍などの武具をはじめ、家財や文書が展示されている。なかでも、直江兼続の断固たる気骨、不屈の精神が感じられる「直江状」のレプリカはぜひ見てほしい。

data
新潟県南魚沼市坂戸393-2
tel.025-772-2687
10:00~16:00
営業は4~11月(営業期間は木休)
入館料:大人300円、
小中高生150円
Pあり

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

いまいづみきねんかんアートステーション

24 今泉記念館 アートステーション



芸術・芸能
PERFORMING
ARTS



「世界のムナカタ」と呼ばれる版画家
棟方志功の作品を鑑賞できる

日 本を代表する版画家・棟方志功の作品144点を所蔵し、随時40点余りを常設展示。代表作の「二菩薩釈迦十大弟子」など世界的にも評価が高い棟方志功の作品を鑑賞できるほか、国内外の著名作家による作品や、南国の民族美術なども楽しめる。敷地内には道の駅もある。

data
新潟県南魚沼市下一日市
855 道の駅 南魚沼 今泉記念館2F tel.025-783-4500
(今泉記念館)
9:00~17:00
(入館は~16:30)
休館は展示替え期間など
入館料:一般500円、小中高
校生250円
Pあり

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

さかどじょうせき

22 坂戸城跡



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



上杉謙信・景勝、直江兼続ゆかりの城跡
歴史好きはもちろん登山客にも人気

戦 国時代は山頂に実城を築き、山全体が山城だった坂戸山。上杉謙信ゆかりの地であり、大河ドラマの主人公にもなった直江兼続と上杉景勝の居城でもあった。1979年に国指定史跡となり、山麓には石垣などが今も残る。また、カタクリなど山野草も有名で登山を楽しむ人も多い。

data
新潟県南魚沼市坂戸
tel.025-773-3756
(南魚沼市教育委員会)
Pあり



MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

おりのぶんかかん・しおざわつむぎねんかん

27

織の文化館・ 塩沢つむぎ記念館



産業
LOCAL
INDUSTRY



風土と歴史に育まれた塩沢の織物文化と
伝統の技術を伝える記念館

塩 沢地域では古くから麻織物
が盛んで、奈良時代から織
られてきた「越後上布」や、日本
三大紬として名高い「塩沢紬」な
どを今に伝えている。記念館では、
塩沢の織物を使用した工芸品や日
常使いもできるアイテムを販売。ま
た、手織り体験や小物作り体験は
旅の思い出作りに最適。

data

新潟県南魚沼市
塩沢1227-14
tel.025-782-4888
9:00~17:00
無休
見学科(織工房・資料室):
大人400円、小児200円
Pあり

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

みなみうおぬま まじどん

28 南魚沼 本気井



食
LOCAL
FOOD



コシヒカリの魅力を知り尽くした各店が
個性と本気を詰め込んだ食のイベント

全 国でも名高い南魚沼産コシヒ
カリを、お腹いっぱい味わっ
てほしいという気持ちから誕生した
「本気井」。イベント期間中、南
魚沼市内の飲食店には、海鮮や
お肉をはじめ、個性的な食材を
使ったものまで趣向を凝らした井が
揃う。地元の料理人たちが本気で
作る渾身の一杯を堪能してほしい。

data

毎年10月から開催予定
問:南魚沼市観光協会
tel.025-783-3377

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

トミオカホワイトびじゅつかん

25

トミオカホワイト美術館



芸術・芸能
PERFORMING
ARTS



「雪国を描く画家」として国内外に知られる
新潟出身の洋画家・富岡惣一郎の美術館

上 越市出身の画家・富岡惣
一郎の「白の世界シリーズ」
約570点を収蔵。富岡氏自ら開
発した白油絵の具「トミオカホワイ
ト」と、刀鍛冶に特注したペイン
ティングナイフで描いた白の世界
を、大空間でゆったりと鑑賞でき
る。館内のラウンジから見える雄大
な八海山の景色も自慢のひとつ。

data

新潟県南魚沼市上薬師堂
142
tel.025-775-3646
9:00~17:00(12~3月は10:
00~。入館は~16:30)
水休(祝の場合は翌日)
観覧料:大人500円、小中高
生250円
Pあり

MINAMI
UONUMA
CITY
Culture
Tourism

おおききんじやのおきなしきさんば

26

大前神社の 翁式三番



芸術・芸能
PERFORMING
ARTS



毎年8月14日に奉納される『翁式三番』
全国的にも珍しい郷土芸能を見に行こう

『翁式三番』は平安時代の猿楽
の形を残した全国的にも珍し
い郷土芸能。式三番は能・狂言
とならんで能楽を構成する特殊な
芸能のひとつで千歳・翁・三番
叟が次々に舞うおめでたい曲。三
番叟が面白おかしく狂言風に演じ
るのが見どころ。県指定無形民俗
文化財に指定されている。

data

毎年8月14日に開催
会場:大前神社
(新潟県南魚沼市大崎4042)
問:南魚沼市教育委員会
tel.025-773-3756



PM
6:15



PM
9:20



光の館

photo_Yamada Tsutomu

Satoyama Night to Morning

里山 ナイト〜モーニング

「光」をコンセプトにしたアート作品に宿泊して、
翌朝は朝日に輝く棚田を見に行くなんて、素敵すぎない？

十日町ならではの
ナイトタイム・エコノミー

2000年、第一回目の大地の芸術祭の作品として建てられたのが、十日町市川西エリアにある「光の館」。手掛けたのはアメリカのアーティスト、ジェームズ・タレル。「光」をコンセプトに、越後妻有地域の伝統的な家屋をモデルにした作品兼宿泊施設だ。スライド式で開閉する屋根のある和室では、空を切り取った絵のように眺めることができるほか、日没と日の出の時間に合わせて、自然光とLEDの間接照明による光のプログラムを鑑賞できる。また、浴室の湯舟には光ファイバー照明が施され、お湯に浸かることで光に触れることができるのもおもしろい。翌朝は少し早起きをして、朝の光に照らされた棚田の見学へ。大小さまざまな水田約200枚が斜面に広がる星峠の棚田は、十日町市に点在する棚田の中で最も人気。特に5〜6月と10月後半には田んぼに水がたまり美しい水鏡を見ることができ。運よく雲海が発生した朝などは、その風光明媚な景観に心が洗われるような気持ちになる。

photo_(一社)十日町市観光協会

星峠の棚田



AM
5:32



史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

ひかりのやかた

光の館

data 新潟県十日町市上野甲2891

tel.025-761-1090

宿泊料金大人1名5,000円、小学生2,500円〜

※ほかに施設基本利用料等が必要 Pあり



自然・環境
NATURE

えちごまつだいたなだぐん ほしとうげのたなだ

越後松代棚田群「星峠の棚田」

data 新潟県十日町市

※11月中旬〜4月下旬の降雪時は見学不可

Pあり 問:松代・松之山温泉観光案内所

tel.025-597-3442

LIFE IN SNOW COUNTRY



雪国と鈴木牧之

UONUMA / MINAMI-UONUMA / TOKAMACHI



掘除積雪之圖

枕間簾、
雪華飛天
曙空未白
四圍烟絕
燕林人不見
風雷曉徑犬
空飢懶乘冷
殘促喜履屐
拂雪免集敵
衣屋裡要知
春在劉牆頭
三月早梅紅

右賦小越雪景

江戸 解石山人 祿題



京水筆

文溪堂藏

鈴木牧之が

『北越雪譜』

で伝えた

雪国の暮らし





江戸と越後を結ぶ三国街道。その宿場町として栄えた街並みを再現

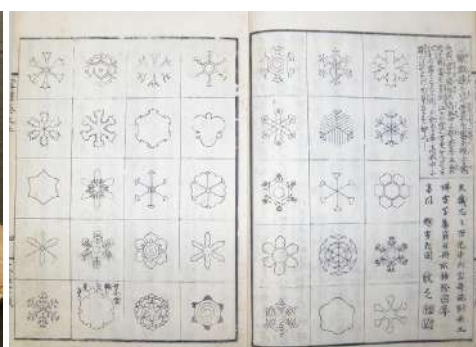
鈴木牧之の面影を探しに 牧之通りを歩いてみる。

雪国の日常に驚嘆

『北越雪譜』は大ベストセラーに

JR上越線塩沢駅近く、漆黒の雁木が連なる風情ある街並み。書店、酒蔵、カフェ、信用組合など、軒を連ねるお店の顔ぶれはごく普通の商店街だが、かつて宿場町だった頃の雰囲気でも統一されていて、そこを歩いているだけで往年の面影が感じられる。江戸と越後を結んでいた三国街道の一部を整備し、「牧之通り」と名付けられたこの通りは、江戸時代後期にこの地で生まれた随筆家、鈴木牧之にちなんでいる。

さて、鈴木牧之とはどんな人物だったのか。塩沢で縮の仲買商を家業とする家に生まれた牧之は、商売の一方で学問に励み、俳諧、書画、文筆などにも才覚を発揮した。彼の名を一躍、世に知らしめたのが40年という歳月を経て68歳で初編を刊行した『北越雪譜』(ほくえつせつぷ)だ。雪国・越後の暮らしを生き生きと描いたこの作品は、1837年に初編が発売されるや江戸で大ベストセラーとなった。温暖な地域で暮らす人たちにあっては、雪国の風俗や文化、その苦労がすべて驚きの内容であり、さらにユ



4	3	2	1
5			

1 雪の結晶を微細に描いた『雪花図』。今では地元の校章等にあしらわれている 2.3 『北越雪譜』は初編3巻、二編4巻に大別されている 4.5 背の高さほどに積もった雪をかく姿は、今昔も変わらない



雪国特有の雁木の街並み。雪降る夜は静けさが辺りを覆う



1
2

1 塩沢宿三国街道の石碑と方位を記したマイルストーン。江戸へ218km、京都へ486km 2 通りの建物は、街並みに合わせた外観に。信用組合には「両替商」という大きなのれんがある

ニークな逸話や奇譚も紹介されているので、エンタテインメント作品としても大いに人気を博したようだ。

この『北越雪譜』の挿絵を見てみると、蓑やかんじきを身につけたその身なりこそ現代とは異なるものの、地域の人たち総出で雪かきをする様子などは現在とさほど変わらない。雪は美しくもあるが、豪雪、吹雪や雪崩などもあり、畏怖する存在でもある。しかしその雪を厄介物として忌み嫌うのではなく、むしろ雪を受け入れ、雪を楽しみ、雪の恩恵をも授かるという接し方も生き生きと描かれ、その精神は現代に続いていると感じ取れる。鈴木牧之が『北越雪譜』で伝えた雪国の光景は、本質的にこの先も変わることはないのだろう。



生活文化
LIFE CULTURE

すずきぼくしきねんかん

鈴木牧之記念館

牧之通りにほど近い場所に建つ記念館。鈴木牧之にちなんだ様々な資料を展示。『北越雪譜』の初版本をはじめ、『北越雪譜』の内容をわかりやすく紹介するコーナーはとて興味深い。鈴木牧之の生い立ちや、遺墨、出版に尽力した山東京山、滝沢馬琴、十返舎一九など一流の江戸の文人と交流したことを物語る資料も展示。もう一つの代表作・秋山郷を紹介した『秋山記行』のコーナーもある。ユネスコ無形文化遺産である越後上布の製作工程、雪国ならではの道具展示などもあり、雪国の文化や暮らしを垣間見ることができる。



data 新潟県南魚沼市塩沢1112-2
tel.025-782-9860
9:00~17:00(入館は16:30まで)
火休(祝日の場合は翌日)
入館料:大人500円、小中高生250円 Pあり



『北越雪譜』の奇譚 「異獣」が銘酒のモチーフに



青木酒造が所蔵する『北越雪譜』の版本。二編巻四には「異獣」に出くわして腰をぬかす旅人の姿が描かれている。おにぎりをもらった異獣はそのお礼に重い積荷を軽々と背負って歩いたとか。青木酒造の人気銘柄『雪男』のキャラクターはこの異獣がモデルになっている

LIFE
IN
SNOW
COUNTRY



雪国と鈴木牧之

雪国の酒は なぜうまいのか——

牧之通りに酒蔵を構える青木酒造。『鶴齢』が代表的銘柄として知られているが、毛むくじやらの怪物がラベルに印刷された『雪男』もファンの多い銘柄のひとつだ。背中に荷物を背負ったどこかコミカルなキャラクター。実は、鈴木牧之の『北越雪譜』内に登場する「異獣」がモチーフになっている。

大荷物を背負った旅人が山中で異獣と出くわし、食べ物を与えたところ、代わりに荷物を背負って険しい山道を歩いてくれた。——そんなファンタジックなストーリーだ。江戸時代中期の1717年に創業したとされる青木酒造は、鈴木牧之とのつながりも深い。7代目の弥八は、鈴木牧之の次男であり、『鶴齢』という名前自体も鈴木牧之が命名したと言われている。

全国に名だたる銘酒を醸す酒蔵が数多い。「他地域と決定的に違うのは水です」と言うのは青木酒造の阿部勉さん。越後駒ヶ岳、中ノ岳、八海山の越後三山など2000メートル級の山々に降り積もった雪は、清冽な地下水となり、長い時間をかけて地中深くに染み渡る。その仕込み水が酒の美味しさを決定づけているという。「雪がもたらした奇跡的な恵みに感謝しながら、酒造りに勤しんでいます」と阿部さん。



青木酒造 専務取締役
阿部 勉さん
Tsutomu Abe

南魚沼市出身。自社の商品を売り込むために国内はもとより海外に出かけることも。300年の歴史ある酒文化を次代に継承するために12代目蔵元とともに切磋琢磨する毎日

産業 LOCAL INDUSTRY

あおきしゅどう

青木酒造

代表銘柄の『鶴齢』は、新潟ならではのキレのよい淡麗でありながら、米のうま味をしっかりと感じられる「淡麗旨口」を目指している。干物や漬物、塩や醤油を用いた味付けが主体の魚沼の郷土料理に寄り添った味わいだ。『雪男』はすっきりキレのある淡麗辛口の酒。さらに、大吟醸の『牧之』や鶴齢の梅酒もラインナップ。2017年には雪室を稼働し、貯蔵温度が一定で品質を損なうことがないという雪の恩恵を活用。蔵元は牧之通り沿いにある。

data

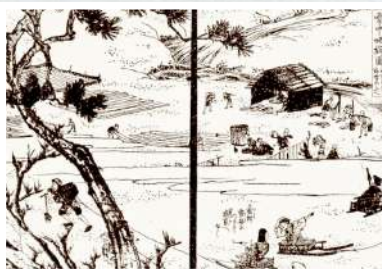
新潟県南魚沼市塩沢1214
tel.025-782-0012



2
3

1代表銘柄の『雪男』『鶴齢』 2青木酒造の敷地内に湧き出る井戸水を仕込み水として使用 3天然のクリーンルーム、雪室で酒を管理。二酸化炭素排出削減にも貢献

雪にさらし色彩際立つ。



『北越雪譜』に描かれた雪ざらしの様子。
左上部で織物を雪上に広げている様子がわかる

越後上布の美しさ。



LIFE
IN
SNOW
COUNTRY



雪国と鈴木牧之



中田屋織物 四代目
中島清志さん
Kiyoshi Nakajima

1935年南魚沼市生まれ。
15歳からキャリアをスタートし、70年以上織物の仕事に従事している。2013年には黄綬褒章受章



なかたやおりもの

中田屋織物

南魚沼市塩沢で四代続く織元。代表取締役の中島清志さんと家族が主となって織物を製造する。重要無形文化財の越後上布、古代越後上布の麻織物と、越後上布の技術を絹織物に取り入れた塩沢紬、本塩沢、夏塩沢を製造している。均一の細さの糸をつむぐ「手うみ」、図案に基づいて模様をつける「手ぐり」、 「いざり機」を使っての製織、織り上げた製品の布目を詰める「湯もみ・足ぶみ」、そして雪ざらし——。作業工程は多岐に渡り、そのすべてを古来からのやり方で行っている。細かい緋の模様と風合いにこだわった製品は、高い評価を得ている。

data

新潟県南魚沼市塩沢95
tel.025-782-0106



上_昔ながらの作業場で糸りをする様子 下_昔ながらの「いざり機」。経糸（たていと）と緯糸（よこいと）を手足を巧みに使って織り上げる



伝統工芸品として高い評価を得ている越後上布の中でも繊細なデザインと優しい風合いが感じられる中田屋織物の製品

雪国の風土が生んだ芸術品 世界的評価の越後上布

「雪中に糸となし、雪中に織り、雪水に洒ぎ、雪上に晒す。雪ありて縮あり、されば越後縮は雪と人と気力相半ばして名産の名あり、魚沼郡の雪は縮の親といふべし」と、『北越雪譜』にもその記述があるとおり、雪上に織物を広げ晒す「雪ざらし」の作業は、織物産業が盛んだった魚沼地域で古く

から行われてきた。「雪の上に晒すことで、白さが際立ち、柔らかみのある優しい風合いになるんです」と、越後上布などの織物をすべて手作業している中田屋織物の四代目、中島清志さんは語る。中田屋織物では、麻織物の仕上げ工程としての雪ざらしを今なお執り行っている。越後上布の原材料は苧麻（ちよま）という植物で、この茎の繊維を取り出し、糸にして、多様な行程を経て一枚の布に仕上げる。麻糸

は乾燥すると切れやすい性質があるが、1年の1/3を雪に閉ざされた魚沼地域は適度な湿度で、麻織物を作るには最適な作業環境だったようだ。通気性が良く、さらりと軽い唯一無二の風合いの越後上布は、最高級の麻織物として評価され、1955年には国の重要無形文化財に、そして2009年にはユネスコ無形文化遺産に登録された。着心地と美しさを併せ持つ越後上布は雪国が生んだ芸術品と言える。

LIFE
IN
SNOW
COUNTRY



雪国と鈴木牧之

雪に祈り、 雪に感謝し、 雪を存分に楽しむ。

百八の稲藁の灯りが
魚沼地域に春の訪れを告げる



まつり・イベント
FESTIVAL

ひゃくはっとう

百八灯 [魚沼市] 3月第1日曜

雪山の尾根づたいに配置した稲藁に炎が灯り、漆黒の闇が真っ赤に染め上がる。幻想的な雰囲気の中人々の「百八灯、百八灯…」のお囃子が響き渡る。百八灯の会場となるのは、折立温泉地区にある里山。毎年3月の第1日曜日に行われる伝統行事で、実に寛永年間（江戸時代初期）から行われているという。稲荷大明神に豊年満作と五穀豊穡、無病息災を祈願して行われる越後の奇祭だ。当日は花火の打ち上げも実施される。

data 会場:折立温泉特設会場
問:折立地区温泉組合 百八灯事務局
tel.025-795-2166



まつり・イベント
FESTIVAL

しおざわせつまつり

しおざわ雪譜まつり

[南魚沼市] 2月第3週土曜

鈴木牧之の『北越雪譜』に集大成された豪雪地・塩沢の伝統（織物産業、雪の生活、文化）を振り返るとともに鈴木牧之を偲び、顕彰するために行われる冬のイベント。会場には500本ものロウソクが灯され、幻想的な雰囲気。里山伏による百八灯の大護摩は大迫力の神事だ。当日は子ども歌舞伎、福餅まきなどのステージイベントやグルメメント村なども実施され、昼から賑やかな雰囲気だ。

data 会場:南魚沼市塩沢地区

問:塩沢商工会

tel.025-782-1206



塩沢で生まれた
鈴木牧之を偲ぶ一日



圧巻の佇まい!
巨大で美しい雪像の数々は必見

photo_十日町雪まつり実行委員会



まつり・イベント
FESTIVAL

とおかまちゆきまつり

十日町雪まつり

[十日町市] 2月中旬または下旬

日本有数の豪雪地帯・十日町市で「雪を友とし、雪を楽しむ」という市民の発想で昭和25年から実施。毎年さまざまな形で雪に親しむイベントが行われてきた。雪まつりの代名詞となっているのが第1回から実施されている雪の芸術展（雪像作品コンテスト）。着物の総合産地・十日町で培われた豊かな芸術性と、日々の除雪作業で育まれた技術が生かされた雪像の数々は大迫力かつ芸術的だ。

data 会場:十日町市内各所

問:十日町雪まつり実行委員会事務局

tel.025-757-3100



まつり・イベント
FESTIVAL

うおぬまこくさいゆきがっせんたいかい

魚沼国際雪合戦大会

[魚沼市] 2月中旬

その起源は戦国時代の小出郷とも言われ、「雪合戦発祥の地」とされる魚沼市で開催される雪合戦大会。コートは縦22メートル×横10メートル、大将1人と足軽4人の計5人で1チームとする…など公式ルールを明確化し、雪国の子供たちが必ず遊んだ雪合戦を競技に格上げしたことで全国から参加者が集う名物イベントになった。審判員は国際A級審判員で、コスチュームやパフォーマンスも審査対象なので、会場内には参加者と観客の歓声や笑い声が響き合う。雪遊びゾーンも大人気。

data 会場:魚沼市小出郷文化会館

響きの森公園 雪のコロシアム

問:小出雪まつり実行委員会 tel.025-792-9754



「雪合戦発祥の地」で開催
童心にかえって盛り上がる!

Uonuma Festival Culture

毎年3月の第1土曜に開催される浦佐毘沙門堂裸押合大祭。
この祭りが1200年も続いてきたのは、地域の若き男たちの地元愛と、
世代を超えた絆があったから。

若者たちの絆が
1200年の
時をつなぐ。

浦佐毘沙門堂 裸押合大祭

男たちが押し合う
日本三大奇祭のひとつ

「サンヨー、サンヨーー!」撒けよ、撒けよ。威勢のよい掛け声が飛び交うなか、上半身裸の男たちが巨大なローソクを持ちながら互いを押し合う光景——。初めて目にした時の驚きと徐々に伝わってくる熱量は言葉にできない。前ページの特集で紹介した『北越雪譜』にも祭りの様子が記載されている浦佐毘沙門堂裸押合大祭。その始まりは1200年前といわれ、現在は毎年3月第1土曜日に開催。国の重要無形民俗文化財に指定されている。南魚沼市にある普光寺の浦佐毘沙門堂で行われる毘沙門天の御開帳で、人々が誰よりも先に参拝しようと集まり、その熱気による暑さから裸になったのが起源といわれている。五穀豊穡、家



毘沙門天に奉納される巨大なローソクは重さ約30kg。「大ローソク祭り」とも呼ばれている



- 1 祭りを執り仕切る浦佐多聞青年団の修行のひとつである水行は、当日だけでなく祭りの1週間前から毎夜行われる
- 2 当日は多くの露店が立ち並び、祭りを盛り上げる
- 3 団員同士でさらしを巻き出番を待つ。ちなみに男性であれば誰でも参加が可能。真冬の新潟県で熱い押合いを体感してみては？



左側の一段高くなっている所にいる青年団員の奥に毘沙門天が祀られている。ここを目指して男たちが押し寄せる



まつり・イベント
FESTIVAL

うらさびしゃもんどうはだかおしあいたいさい

浦佐毘沙門堂裸押合大祭

data 2024年3月2日(土)

会場: 普光寺 毘沙門堂

問: 裸押合大祭委員会 tel.025-777-3773



史跡・建造物
HISTORIC SITES & BUILDINGS

ふこうじ びしゃもんどう

普光寺 毘沙門堂

data 新潟県南魚沼市浦佐2495-甲

tel.025-777-2001 Pあり

内安全などを祈り、男たちが上半身裸になり境内のうがい鉢で体を清めたあとに「サンヨー、サンヨー」の掛け声とともに本堂に祀られている毘沙門天に我先にと参拝するため体を押し合う。その最中に金盃などの撒与(さんよ)があり、男たちが奪い合うのだ。

この祭りを支えているのが、浦佐多聞青年団(うらさたもんせいねんだん)。地域で生まれた19〜29歳までの男性で結成され、年に1日だけの祭りのために1年をかけて準備・運営を行っている。30歳になる年に青年団を卒業した後も、手伝いとして祭りに参加する人も多く、若者を中心にしながら世代を超えて地域の男たちのつながりの場ともなっている。

ブンカ
ビト

CULTURAL
BATON
PASSER



まつり・イベント
FESTIVAL

「地域の方々が

何百年と守り抜いてきた祭りを

未来につなげたい」

浦佐多聞青年団副団長
小林直生さん



小林直生さん
Naoki Kobayashi

1993年、南魚沼市生まれ。21歳から浦佐多聞青年団に参加し、祭りに携わる。令和5年の大祭では団長が急遽不在となるアクシデントがありながらも副団長として全体指揮を執り、祭りを成功させた。プライベートでは2児の父としても奮闘中!



サンヨー、 サンヨー!

感じてみよう!



「物心ついた頃から祭りの記憶はあります。露店が出るので子ども心に楽しかったですが、大人たちが何をやっているのかは全然分からなかったです(笑)。大人になるにつれ、浦佐以外の人たちからあの祭りは特異だね、奇祭だよ」と言われるようになり、ここにしかない特別な祭りなんだと自覚するようになりました。小林さんは21歳で浦佐多聞青年団に入団。30歳になる卒団の年となった令和5年3月4日の祭りでは副団長を務めた。祭りの1カ月ほど前、急な事情により団長が参加できなくなるというアクシデントが発生したが、団長代行として新型コロナウイルスの影響で4年ぶりとなった大祭を見事に執り仕切った。

その年に30歳になる同級生で構成される団長、副団長、そして各係長からなる7人の最高幹部たちが、約70人ほどの団員をまとめる組織形態。祭りの準備・運営等を執り仕切り、前年の祭りが終わると同時に次年度の最高幹部たちによって、翌年に向けての準備が始まっていく。仕事、学業、家庭——団員それぞれの環境があるなかで、幾度となく打ち合わせを重ね気持ちをひとつにし、祭りの準備を進めていく。そして、3月には地元に住む人だけでなく全国各地にいる浦佐出身の若き男たちが駆けつけ、体を押し合うのだ。

副団長として、最後の祭りを終えての感想を聞いた。「みんな、本当に

くやった。若い人たちもよく付いてきてくれた。団員、OB、お寺の住職、地域のみなさんへの感謝の気持ちが何より一番強いです。コロナ禍があったり、急遽団長不在になったりと大変な場面もありましたが、地域の方々や先輩たちが何十年、何百年と守り抜いてきたものを、自分たちの代で途絶えさせるわけにはいかない。その気持ちひとつで、やり切ることができました。祭りの歴史や意味、それを支える青年団の役割——。この地に住む人たちは誰もがその大切さを知っている。だからこそ、祭りの後、泣きながら小林さんたち幹部に感謝を伝える人もいたし、青年団への称賛の言葉が溢れた。「嬉しかったのは年下の若い団員たちが、自分も団長をやりたいって言うてくれたこと。それを聞いたら絶対にこの祭りを続けなきゃと思いました」。

団員としての10年間。最初は楽しいという気持ちだけだった。しかし年々回を重ねるうちに、自然と祭りを守るという責任感が芽生えてきたという。「ひとりじゃ絶対にできないんですよ。同級生がいて、世代は違うけれどこの地域で生まれた仲間たちがいて。みんながいるからこそ成り立つものなんです。この祭りを未来につなげて、参加する団員も次の世代へとつなげる。それがこの地域そのものを未来へつないでいくことだと思うんです。いつか自分の息子が、この祭りを執り仕切る日を楽しみにしています」。

The taste of Uonuma Koshihikari

冬に降り積もった雪は、滋養豊富な水質と土壌という
恵みをもたらし、良質な米が育つ穀倉地帯となった。
生産者、精米業者、おにぎり店、それぞれの立場から
魚沼エリアの米の魅力を聞いてみた。



魚沼産コシヒカリは なぜうまい？

奇跡的好条件が揃った
魚沼エリアの気候風土

全国に名だたる「魚沼産コシヒカリ」は、新潟県中越地方の魚沼地域で採れるコシヒカリの呼称で、「魚沼産」とは、長岡市川口地区、小千谷市、魚沼市、南魚沼市、湯沢町、十日町市、津南町を指す。このエリアの米がうまい、とされる理由は、やはり豪雪地帯であるということが第一に挙げられる。山々に降り積もった雪はミネラルを豊富に含んだ雪解け水となって水田に流れ込む。魚野川、破間川（あぶるまがわ）などの河川も豊富な養分を運んでくる。さらに、2000メートル級の山々に囲まれた盆地地形は、真夏でも昼夜の寒暖差が大きい。この気候により、米はデンプンを蓄積し、甘さ、風味、香りを引き立てる。魚沼エリアには、おいしい米が育つ奇跡的な好条件が揃っていると言える。



1 | 2

1 勇壮な八海山に見守られながらすくすくと育つ黄金色の稲穂。山々に降り積もった雪がミネラル豊富な水となって盆地にそそぎこむ 2 白くツヤのあるこまかいた農園の美しいお米



- 1 | 2 1.2 先代から継承した知恵とノウハウを基に、経験から生まれた土作り、有機栽培を始め、農薬・
3 化学肥料を極限まで少なくする栽培方法などを合わせて、独自の理論で米作りをする 3米ぬ
か、酒粕、蟹殻、昆布等を1年以上熟成発酵させた有機肥料（ぼかし肥料）を自ら作っている



食
LOCAL FOOD

こまがた農園 こまがたのうえん

お米日本一コンテストで最高金賞を受賞するなど数々のコンテストで賞を獲得。「清らかな雪解け水、昼夜の寒暖差…。この地の恩恵に感謝しつつも、ここでしか出せない味を探索し、栽培方法、精米など、自分なりのやり方をさまざまに試しています」と代表の駒形宏伸さん。肥料から手作りするスティックなまでのこだわりで育った米はオンラインショップで購入可能だ。

data 新潟県南魚沼市大桑原771-1
tel.025-779-4029

「越後三山の清らかな雪解け水と 昼夜の寒暖差がおいしさを引き出します」



こまがた農園
代表取締役
駒形宏伸さん
Hironobu Komagata

1777年から続く米農家・駒形家の10代目。過去にはDJ CO-MAとしてDJの世界チャンピオンになったこともある異色の経歴。写真は左から、駒形宏伸さん、会長・駒形興一さん、業務責任者・梅沢大和さん



地元契約農家などから玄米を仕入れ、日々の注文量に応じて精米する。新米の季節は特に多忙になる



関越道堀之内IC近くの青い倉庫。ここから全国に魚沼のおいしい米が発送される

「さまざまな自然の要素がバランス良く
作用して育まれる魚沼の恵みに感謝しています」



魚沼米穀
代表取締役
井上大樹さん
Daiki Inoue

1957年創業の米店三代目。29歳で家業を継ぎ、さまざまな精米工程、品質チェック体制を導入。安全でおいしい米を全国に届ける。お米マイスターや農産物検査員の資格を持つ



魚沼米穀 うおぬまべいこ

全国に名だたる魚沼産コシヒカリをはじめとした地元の米を仕入れ、精米し、販売。倉庫内には巨大な精米機が日々稼働し、ここから全国に発送されている。「いろいろ食べ比べたが魚沼の米がおいしい、という理由で注文をいただくことが多い」と井上社長。約10品種の米を取り扱い、試食も毎日欠かさない。魚沼の自然の恵みに感謝しつつ、そのおいしさを全国のファンと共有している。

data 新潟県魚沼市根小屋156-1
tel.025-794-4444

巨大な精米機。石やごみ、くず米をセンサーではじき飛ばす最新鋭機械を導入し、白く美しい米のみが商品になる





「空気を含ませて
優しく握ってあげると
最高のおにぎりになります」



食
LOCAL FOOD

うおぬま倉友農園 うおぬまそうゆうのうえん

旧塩沢町産で、はぎ掛け米、雪むろ米、棚田米など、減農薬でコシヒカリを作るうおぬま倉友農園が直営するおにぎりの専門店。国道17号の幹線沿いにあることで県外客はもちろん、おいしいお米を普段から食べ慣れている地元のお客も多いとか。鮭、たらこ、昆布…などさまざまな種類を販売するが、一番人気は塩むすび。最高のお米のおいしさをシンプルに感じてみよう。

data
新潟県南魚沼市塩沢435-1
tel.025-782-5151
9:00~17:00
無休
Pあり



おいしいおにぎりを握るプロ集団。左から桑原文江さん、林 愛美さん、木村茂子さん



おいしさの秘訣は、ぎゅっと握りすぎないこと。空気を含ませることでお米のおいしさを実感できる

KIMONO AND HEGISOBA



着物とへぎそば

TOKAMACHI

川崎屋徳本店

雪深い十日町で育まれた
着物とへぎそばの物語



日本屈指の豪雪地で育まれた 十日町の着物文化

将軍や大奥も
愛用した越後縮

新潟県は、古代より織物が盛んだっ
た。「雪が多くて湿度が高く、地下水も
豊富な十日町地域の自然環境が、麻織物
の材料であるカラムシの生育にとても
マッチしていたことが織物産業発展のポ
イント」と十日町市博物館の菅沼館長。

中世には、カラムシの繊維で作る「青
苧（あおそ）を材料とした上質な麻織物
「越後布」（えちごふ）を生産。奈良の正
倉院には、越後から貢献された麻布が今
も残っている。時代を追うごとに品質を
高めた越後布は、高級品として都にも流
通するようになった。戦国時代には、越
後布の原料である青苧の流通が上杉氏の
戦の費用を賄う重要な財源のひとつと
なるとされる。

江戸時代になると、越後布に改良を重ねた「越後縮」（えちごぢみ）が生産さ
れる。「越後縮は薄く、また強い撚（よ）
りかけた糸で織ることで風通しが良い
ため、武士の式服になり、将軍家や大奥
の夏用の着物として愛用されたことで、
さらに需要が高まってきました」。一
反を織るのに数カ月もかかる越後縮は、

外仕事のできない冬の間の重要な収入
源。繊細で地味な手仕事だが、女性たち
は辛抱強くより美しい文様の布を織り出
した。主産地のこの地域では「縮市」が
開かれ、江戸や名古屋、京都から商人が
盛んに入りし、取引の中心地としても
栄えることになる。

麻織物から絹織物へ

明治期になると、麻織物から絹織物へ
と劇的に転換。農家の副業から工場制の
工業へと生産構造の変革が起こる。時を
同じくして、播州明石から、糸に強い撚
りをかけて織ることで表面に凹凸が生ま

←明石ちぢみ

「夏物といえば明石、明石といえば十日町」と言われるほど
十日町の名を全国に知らしめた看板商品



カラムシ

織物の糸に使われていたカラムシ（苧
麻・ちよま）は、野山に多く自生していた



織機の展示

十日町織物を全国に轟かせた「明石ちぢみ」や
「マジョリカお召」を織り出した、高機（たかはた）
や力織機（りきしよき・ルーチ式）を展示



マジョリカお召

地中海のマジョリカ島特産の陶器の明
るい色調を、織物で表現し、昭和
中頃、空前の大ヒット商品となる



黒絵羽織

黒地に刺繍などで多彩な模様をつけ、無地の着
物に羽織るだけで上品さアップ。「PTA ルック」
と呼ばれ一世を風靡する

KIMONO
AND
HEGISOBA



着物とへぎそば



産業
LOCAL INDUSTRY



伝統工芸
TRADITIONAL CRAFTS

とおかまちしほくぶつかん トップパク
十日町市博物館
TOPPAKU

data
新潟県十日町市西本町1-448-9
tel.025-757-5531
9:00~17:00
(入館は16:30まで)
月休(祝日の場合は翌平日)
入館料:大人500円、
中学生以下無料 Pあり



十日町市博物館 館長
菅沼 亘さん
Wataru Suganuma

1994年より十日町市博物館に
学芸員として勤務。専門は日
本考古学。2023年より現職

れる「明石ちぢみ」が伝わってくる。当初は水に濡れると縮みやすいことが課題だったが、何十年も研究を重ね課題を克服。「ちぢまぬ明石」として『十日町の明石ちぢみ』が全国区になった。この時のCMソングが『十日町小唄』である。「明治から昭和初期まで大ヒットした明石ちぢみが、現在の十日町織物の基盤となっている」と館長。

その後、カラフルな陶器をイメージさせるような豪華な多色使いの『マジョリカお召』や、全国の小学校の入学式や卒業式で母親たちがごぞつて身にまとうようになり「PTAルック」と呼ばれた『黒絵羽織』などの大ヒット商品を生み出し、絹織物産地として全国でその地位を築いていく。そして、東京オリンピックの表彰式で、コンパニオンが友禪を着用していたことがきっかけとなり、十日町でも友禪（後染め）が生産されるよう

になり、全国でも珍しい織りと染めの総合産地となった。一般的に着物は、製造工程によって産地や工房を持ち回って作るが、豪雪で他の産地との往来や工房を持ち回ることが困難であったことから、ひとつの工場内で一貫生産をする体制を構築していったのが十日町織物の大きな特徴といえる。



着物情報館としても人気 大型呉服店で最新の着物にふれる



きものえまきかん きもの絵巻館

織物メーカー、吉澤織物直営の呉服店でありながら、常設の大型展示場を有し、着物の種類や用語の説明、最新の着物情報など、商品を見ながら親切に説明してくれる。予約をすれば、吉澤織物の工場見学もでき、着物に対する理解度も一層アップするはず。有名女優を招いてのトークショーなど、着物の魅力を全国に発信している。



data
新潟県
十日町市寿町3-2-15
tel.025-757-9529
9:30~18:00
月休
Pあり



1

2

3 4

1 創業100年のきものメーカー、関芳での手描き友禅体験の様子 2 黙々と作業に打ち込む職人たちの姿を間近で見ることができる 3 オフィス内に美しく飾られている着物たちをじっくりと眺めることができる 4 染め上がった生地、金や銀の箔、金粉等を接着加工する金彩工程。何十種類もの金を用意して行う繊細な手仕事は、ただただ見とれるばかり

まつり・イベント
FESTIVAL

とおかまきものゴッタク

十日町きものGOTTAKU

[十日町市] 5月下旬から6月初旬

GOTTAKU(ごったく)とは、この地の方言で「人をもてなすお祭り」や「賑やかな騒ぎ」という意味合い。毎年5月下旬から6月初旬に期間限定で開催されるイベントで、糸撚り、織り、染め、メンテナンスまで、十日町の着物に関わる企業の工場見学や体験ができる。全国でも

着物を知り、学べば
着物がもっと好きになる

珍しいイベントとして、回を重ねるごとに参加者は増加。普段はなかなか見ることのできない職人技と、産地ならではの高い技術力を目の当たりにできる。案内役が、目の前で行っている職人の作業を分かりやすく解説してくれるので、着物ができあがるまでの工程を知り、知識が深まる。ゆえに、今まで以上に十日町の着物が持つ大きな魅力を感じることもができる。

data

会場:十日町市内参加企業各社
問:十日町きものGOTTAKU実行委員会
(十日町市役所産業政策課)
tel.025-757-3139

「見て、着て、感じて」 着物の総合産地・十日町の 春の着物イベント



「企業としても一般のお客様と直接触れ合ってお話をお聞きできる機会なので、とてもうれしいです。十日町ならではの高い技術と、職人ひとりひとりの想いを感じにぜひお越しください」と関芳の馬場さん(左)と倉品さん(右)

まつり・イベント
FESTIVAL

とおかまきものまつり

十日町きものまつり

[十日町市] 5月3日

着物の町としての伝統を誇る春の一大イベント。「もっと気軽に着物に触れ、楽しんでもらいたい」と、本町通り、高田町、駅通りが歩行者天国となり、着物の貸出しや着付けを行う「きもの里をきもので歩こう」などのさまざまなイベントを開催。「二十歳のつどい」も同日に行われ、晴れやかな振袖姿の若者たちが会場に華を添える。



data 会場:十日町駅周辺 ほか

問:十日町きものまつり実行委員会(十日町市観光協会内) tel.025-757-3345

まつり・イベント
FESTIVAL

きものまちのキルト展

きもの街のキルト展

[十日町市] 5月中旬

十日町駅前周辺を中心に開催されるキルト作品の展示イベント。有名な作家の特設展はもちろん、全国各地から応募された一般作品が展示される。着物の産地らしく和布部門が設けられているのも特徴。織物会社の店舗にも展示されるので、着物と一緒に観賞できる。



data 会場:十日町駅周辺 ほか

問:きもの街のキルト展実行委員会(十日町市観光協会内) tel.025-757-3345



JAPAN HERITAGE

日本遺産

日本遺産は、文化庁が認定した、地域の歴史的な魅力や特色を通じて日本の文化・伝統を語るストーリーである。

新潟カルチャー Snow Rich! な世界



十日町市教育委員会教育長
渡辺 正範さん
Masanori Watanabe

十日町市生まれ。大学卒業後、遺跡発掘調査に従事、出土した火焔型土器などは後に国宝に指定。大地の芸術祭での作品展開や地域の寄席や劇団などの活動も手掛ける。

“Snow Rich! スノウリッチ”。聞き慣れないかもしれませんが。これまでの“豪雪”という言葉には収まり切らない、雪国の魅力を“ぎゅっと”詰めた新たな表現です。

縄文の衣「アングン」や上杉氏の軍資金を支えたカラムシ織の「越後布」、そして「明石ちぢみ」に代表される絹織物から染織の総合産地に成長した「十日町のきもの」は、すべて雪の中で育まれたものです。この「着ものがたり」から“へぎそば”が生まれ、清冽な水で育つ山菜や魚沼米は味わい深い「食べものがたり」となります。豪雪に耐え、独自の生活文化を伝えてきた民家は「建てものがたり」をどしりと語り、暮らしの中から生まれた「祭ものがたり」は、雪国の今を人の営みで表現します。そして、これらのすべてを貫く美の意識が、現代アートも含めた「美ものがたり」として大地を包んでいます。

これが、日本遺産「究極の雪国とおかまち」の“Snow Rich! スノウリッチ”な世界です。

「みどりまゆ」を使って化粧品事業に乗り出す

1978年に呉服屋として創業。軌道に乗ってきた矢先、洗いやシミ抜きなど着物のアフターケアをする会社がないことに気づき方向転換。「お客さまにとって大切なのは売るよりメンテナンス」という社長の一言で1983年、業界初の着物のお困りごとを解決する会社「きものブレイン」が誕生する。経験豊富な技術者がシミ抜きや染め替えなどをするにあつて、全国の呉服店から依頼が殺到。ピーク時には着

物関係者が毎日工場見学に来たそう。そんな中、着物産業の危機に発展するであろう「絹の不足」という大問題を知る。日本産シルクの市場シェアは1%未満。多くのシェアを占める外国産も年々減少傾向という現状から養蚕業に注目。しかし、一般的な養蚕は過酷で、新規進出はとても困難だった。そんな時、完全無菌室での養蚕システムを知る。この時に紹介されたのが、美容と健康に良い話題の「みどりまゆ」だった（生糸を作る繭ではない）。この繭を使い化粧品などの事業に乗り出す「絹生活研究所」が2018年ス



きものブレイン
代表取締役
岡元松男さん
Matsuo Okamoto

タートする。「シルクは人間のカラダと構造が似ていて、カラダを正常な状態に向かわせる力がある」と社長。オリジナルブランド「Itoguchi」を立ち上げ、全身シャンプーやUVスプレーを開発・販売している。社長の提唱する「シルク産業・文化都市十日町」は確実に動き出している。



1 白繭よりも数段優れた健康成分を持つみどりまゆ 2 完全無菌室での飼育の様子 3 Itoguchiブランドの全身シャンプー

着物の町で 絹を使った新たな産業に挑む企業

KIMONO
AND
HEGISOBA

着物とへぎそば



産業
LOCAL INDUSTRY

伝統工芸
TRADITIONAL CRAFTS

きものブレイン
きものブレイン

data
新潟県十日町市高田町6-510-1
tel.025-752-7700

織物の産地だからこそ 生まれた奇跡の賜物



KIMONO
AND
HEGISOBA



着物とへぎそば



小嶋屋総本店
常務取締役

小林則広さん
Norihito Kobayashi

「温故知新」の精神の基、
伝承のへぎそばを守りつ
つ、新たな時代の事業の
あり方も考え、新商品開発
やSDGsへの取り組みにも
挑戦している



ふのり

織物の糸の糊付けに使っていた
海藻。織物文化と「そば」の食
文化の出会いがへぎそば誕生
の鍵となる



へぎ

そばを盛る四角い木の箱。「へ
ぎ」は「剥ぐ=はぐ=へぐ」のなまり
で剥ぐを語源とする



玄そば
(そばの実)

旨いそばは、挽きたて、打ち立
て、茹でたてと言われるが、良質
な玄そばも重要なポイント

抜群の喉越しと独特のコシの強さが
十日町「へぎそば」の特徴だ。つなぎ
に「ふのり」という海藻を使い「へぎ」
といわれる四角い木の器に一口分ずつ
キレイに盛り付けたそばで、十日町の
織物文化とそばの食文化が融合して生
まれた魚沼地方発祥の郷土料理。世代
を超えて受け継がれ、長く地域で愛さ
れてきた自然風土や歴史に根ざした食
文化として文化庁から「100年フー
ド」として認定を受けている。

「当地では昔から、そばの栽培が盛
んでした。ヤマゴボウの葉や自然薯な
どをつなぎに使い、それぞれの家でそ
ばを打っていたんです」と小林さん。
ふのりをつなぎに使ったきつかけは定
かではないが「織物が盛んな十日町の
家々には織物の糸の糊付けに使うため
ふのりが常備されていたのは事実。こ
れを使ってそばが作れないかと考えた
ようです」。よりおいしいそばを作る
うと試行錯誤した結果、たどりついた
賜物である。

「薬味には、刻みネギやゴマ、そし
てカラシを用いるのが小嶋屋総本店流
です」。一口分ずつ盛り付けられたそ
ばを取り、つゆにたっぷり浸し、薬味
を入れて食べる。その際、カラシはつ
ゆには溶かさず、そばの上に少量のせ
て食べると、つゆの味が変わらず、カ
ラシの風味を味わえる。

美しい盛り方は
コシの強さと滑らかさがあってこそ

感じてみよう！





しげぞう たむぎそば

繁蔵 田麦そば

十日町市の田麦地区発祥で、200年以上続く伝統の味。自家栽培の玄そばを使った喉越しの良いそばが自慢。自家畑で栽培した野菜の天ぷらも必食。



data 新潟県十日町市駅通り237-1 tel.025-752-5656
10:30~20:00 (19:30LO) 月休(ほか不定休あり) 60席 Pあり



こじまやそうほんてん

小嶋屋総本店

大正11年創業。小麦粉を使わず、伝承の「ふのり」つなぎ製法で打上げたへぎそばをいただける老舗。過去には皇室献上の栄誉も賜ったという味を是非。



data 新潟県十日町市中屋敷758-1 tel.025-768-3311
11:00~20:00LO 不定休 120席 Pあり



えちごとおかまちこじまや ほんてん

越後十日町小嶋屋 本店

長野と北海道のそば粉、ふのりは青森、だしには高知の宗田節や鹿児島の本鰯、北海道利尻の昆布など、厳選した国産素材のみを使用する老舗の大型そば店。



data 新潟県十日町市本町4-16-1 tel.025-757-3155
11:00~19:30LO 水休 140席 Pあり



なだいきそば よしや

名代生そば 由屋

メニューはそばと天ぷらのみという老舗そば店。火焰型土器が縁で、十日町を訪れた芸術家・岡本太郎が看板や暖簾の文字を書いたということでも有名。



data 新潟県十日町市土市第四区 tel.025-758-2077
10:30~14:00 / 15:30~17:30 (木は10:30~14:00LO、土日祝は10:30~17:30LO) 火休 50席 Pあり

KIMONO
AND
HEGISOBA



着物と
へぎそば

十日町市民オススメ、へぎそばの店、味巡り

同じように見える「へぎそば」だが、合わせるふのりの量や打ち方で、お店ならではの味に。いろいろ巡って、自分好みの味を見つけてほしい



2.丸める



1.こねる



3.伸ばす



4.たたむ



5.切る



6.ほぐす



7.試食

「へぎそば」のそば打ちをしてみよう



あてま高原リゾート ベルナティオ

あてま高原リゾート ベルナティオ

こねて、伸ばして、切る。ふのりとそば粉だけで作るへぎそば打ちの本格体験。抜群の喉越しと独特のコンの強さが特徴のへぎそばを自分の手で作ることができる。打ったそばは持ち帰り。体験後には、職人が打ったへぎそばに舌鼓。ファミリーでも仲間同士でも気軽に体験できる。

data

新潟県十日町市珠川

あてま高原リゾート ベルナティオ フォーラムセンター

tel.025-758-4888

実施時間: 10:00~11:30(所要時間約1時間半、その後食事)

通年実施

完全予約制:前日の17:00までに電話で

最小催行人数:2名(最大20名)

料金:2,420円(へぎそば昼食付き)



そばやせいべえ

そばや清兵衛

春は山菜、秋は地物のマイタケの天ぷらなど、山間部にある隠れ家的そば屋ならではの珍しい料理と一面緑に囲まれた好ロケーション。名物「そばだんご」も美味。



data 新潟県十日町市真田丙1896-2 tel.025-757-1298

11:00~15:00 水休 56席 Pあり



そばのさと アブザカ

そばの郷 Abuzaka

自家製粉したそばと、地元で採れた山菜やキノコ、季節の野菜で作る郷土料理や天ぷらをブッフェスタイルで楽しめる農家レストラン。オリジナルコーヒーマン。



data 新潟県十日町市南鎧坂2132 tel.025-755-5234

11:00~15:00 木休 49席 Pあり



十日町市 文化カタログ

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

こどう まつのやまかいどう

03 古道 松之山街道

史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



幕末の記憶を今に伝える街道
歴史に想いを馳せながら古道散策

旧 松代町を通る松之山街道は、現在の上越市高田から南魚沼市塩沢を結ぶ約76キロの街道。上杉謙信が信濃・関東攻めのために通ったことから「上杉軍道」とも呼ばれている。その一部は「歴史の道百選」にも選出。歴史に想いを馳せながら、散策道として蘇った古道を歩いてみよう。

data
新潟県十日町市松代～
薬師峠
tel.025-597-3442(松代・松
之山温泉観光案内所)

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

かんりょうづか

04 管領塚

史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



悲しい逸話にまつわる史跡は
越後守護・上杉房能公の最期の地

松 之山温泉街から1キロほど離れた旧松里小学校の校庭の一角に、管領塚の碑と「正四位上杉房能自刃之跡」の石柱が建つ。ここは、戦国の乱世、越後守護・上杉房能公が敵に追われて松之山に落ち延びたが、信濃川の石ころを敵の大群と見誤り自刃したという哀話が伝えられている史跡。

data
新潟県十日町市松之山天
越(旧松里小学校)
tel.025-597-3442(松代・松
之山温泉観光案内所)
Pあり

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

かがみがいけ

01 鏡が池

自然・環境
NATURE



謡曲や落語として全国的にも有名な
越後二大伝説のひとつ『松山鏡』の舞台

国 道353号の高館トンネルから約10分のところにある鏡が池は、亡くなった母を想う娘が池に入水した話を基にした謡曲や落語で知られる越後二大伝説のひとつ『松山鏡』の舞台となった池。池を一周できる遊歩道があり、自然を散策できる緑豊かな公園として親しまれている。

data
新潟県十日町市松之山中尾
tel.025-597-3442(松代・松
之山温泉観光案内所)
Pあり

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

まつおじんじや

02 松茸神社

史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



国の重要文化財であり
県内最古といわれている茅葺屋根の木造建築物

麻 織物の神として信仰を集めた神社。1497年に建立され、上杉謙信をはじめとする戦国武将が祈願所として信奉し、特に上杉謙信が軍配と短刀を奉納したことでも知られている。毎年5月8日には、数え年7歳の男子の成長を地域をあげて祝う伝統行事『七つ詣り』が行われることでも知られている。

data
新潟県十日町市犬伏
tel.025-597-3442(松代・松
之山温泉観光案内所)
Pなし

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

ふしくろじょうせき

07 節黒城跡



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



南北朝時代に築城されたと伝わる山城
越後三山や河岸段丘を一望できる

1 352年に新田義貞の子、義宗により築城、新田一族の拠点になったと伝えられている。戦国時代には上杉謙信傘下の上野氏の居城となり妻有地方最大級の山城として慶長年間まで使用されていた。現在は展望台が設置され、気持ちの良い風とともに、大パノラマの景色を一望できる。

data
新潟県十日町市上野
tel.025-757-3345
(十日町市観光協会)
Pなし

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

だいとうざんびじゅつはくぶつかん

05 大棟山美術博物館



芸術・芸能
PERFORMING
ARTS



市指定文化財の立派な山門と旧宅
新潟出身の文豪・坂口安吾ゆかりの博物館

元 造り酒屋であり、庄屋であった村山家の旧宅を博物館にした施設。村山家の歴史や伝統を伝える調度品などが展示されている。村山家第31代当主の叔父にあたる坂口安吾の貴重な遺品やゆかりの品も紹介。村山家には安吾の叔母と姉が嫁いでおり、安吾は松之山には幾度も訪れていた。

data
新潟県十日町市松之山1222
tel.025-596-2051
9:00~16:00
営業は5~11月
(積雪時期まで。営業期間中は火休)
入館料:大人500円、小中高生300円
Pあり

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

じんぐうじかんのんどう・さんもん

08 神宮寺観音堂・山門



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



平安時代に開かれた古刹
雄大で優美な茅葺屋根は見事

平安時代に開創された曹洞宗の古刹で、山門、観音堂、仏像3体が新潟県指定文化財に、境内と山林が十日町市指定文化財(史跡)に指定されている。現在の建物は山門は1761年から1769年、観音堂は1773年から1782年にかけて建造された。豪雪にも耐え得る頑丈な造りとなっている。

data
新潟県十日町市四日町1300
tel.025-757-3345
(十日町市観光協会)
Pあり

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

ほしとりのうたびじゅつかん

06 星と森の詩美術館



芸術・芸能
PERFORMING
ARTS



ブナ林に佇む小さな美術館
日常の喧騒を忘れて癒やしの時間を過ごそう

郷土にゆかりの深い作家である星裏一の本版画、二科会評議員・藤巻秀正の彫刻、人間国宝・天田昭次の刀剣などを収蔵する美術館。常設展示はなく、収蔵作品から年4回の企画展を開催している。自然に囲まれ、ゆったりとした時間の流れる美術館で心が潤うひとときを楽しんで。

data
新潟県十日町市稲葉1099-1
tel.025-752-7202
9:30~17:00
(入館は~16:30)
営業は4~11月(営業期間中は火休、祝の場合は翌日)
入館料:一般500円、中・小学生200円
Pあり



TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

つけないな

11 漬け菜・煮菜



食

LOCAL FOOD



豪雪地帯の厳しい冬を生き抜くために
人々の知恵が育んだ食文化

豪 雪地の人々は長い冬を乗り切るため、秋までに採れた食料を備蓄して活用してきた。代表的な保存食「漬け菜」として親しまれている野沢菜の塩漬は春先に発酵が進んで酸味が増すと、塩抜きして煮込む「煮菜」へ生まれ変わる。豊かな自然の恵みを活かした料理として今も受け継がれている。

data

問:十日町市観光協会
tel.025-757-3345

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

とりおい

12 鳥追い



まつり・イベント
FESTIVAL



雪深い集落に響く子どもたちの鳥追唄で
豊作を招く小正月行事

地 域の田畑の農作物を害鳥に食べられないように念じて、毎年1月14日の夜に行われる伝統行事。雪国で古くから伝えられている風習で、子どもたちが隊列を組み、拍子木を叩いて「鳥追い唄」を歌いながら鳥を追ひ払う。豪雪地帯の寒さを吹き飛ばす元気な声を響かせながら集落をまわる。

data

毎年1月14日の夜に開催
会場:新潟県十日町市内
問:十日町市観光協会
tel.025-757-3345

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

チンコロ

09 チンコロ



伝統工芸

TRADITIONAL
CRAFTS



小さな子犬という意味の「チンコロ」は
地域に古くから伝わるかわいらしい縁起物

「チンコロ」とは、犬や干支を型どった、十日町市名産の小さなしんこ（米の粉）細工のこと。米の粉を使用しているので、乾燥してヒビが入るのだが、ヒビが入れば入るほど幸せになれると言われていいる。手作りですべて表情の異なるさまざまなチンコロからお気に入りを探してみて。

data

問:十日町市観光協会
tel.025-757-3345

TOKAMACHI
CITY
Culture
Tourism

生活文化
LIFE CULTURE



10

吊るし雛
つるしびな

ギネス世界記録にも認定された
世界最多級の数を誇る大迫力の吊るし雛



地 域の産業と観光の拠点となっている道の駅 クロステン十日町。そのシンボルになっているのが、おみやげ館内に展示されている幸せを呼ぶ吊るし雛だ。直径2.8メートルの傘に12,088個もの雛が吊るされている。圧倒的なスケールの吊るし雛は、階段を上がった踊り場からの撮影がおすすめ。

data

【道の駅 クロステン十日町】
新潟県十日町市本町
6-1-71-26
tel.025-757-2323
9:00~18:00
(11~3月は~17:30)
第2水休
Pあり

TSUNAN
TOWN
Culture
Tourism

さるとびばし・みくらばし・まえくらばし

15 猿飛橋・見倉橋・
前倉橋史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS

前倉橋

新潟の橋50選に選定された3つの橋
津南ならではの素晴らしい景色に魅了される

長 野県と新潟県にまたがる渓谷
地帯・秋山郷の集落を流
れる中津川に掛かる3つの橋。大
石を跨いで架かる猿飛橋は、200
年前の本に当時の絵が残る。見
倉橋は今では珍しい木製の吊り橋
で、映画の舞台になったことでも
有名。前倉橋は断崖絶壁にかかる
赤いアーチの橋が素晴らしい。

data

【猿飛橋】新潟県中魚沼郡
津南町結束丑地内
【見倉橋】新潟県中魚沼郡
津南町結束子地内
【前倉橋】新潟県中魚沼郡
津南町大赤沢丁地内
tel.025-765-5585
(津南町観光協会)
Pあり

TOKAMACHI
CITY
TSUNAN
TOWN
Culture Tourism

こまつばらしづげん

13 小松原湿原

自然・環境
NATURE

静かで風情豊かな湿原を歩けば
開放感溢れる癒やしの時間が流れる

苗 場山の火山活動に伴ってで
きた溶岩台地の上に形成さ
れた高層湿原。下の代、中の
代、上の代と呼ばれる標高の異な
る三段の湿原からなり、年齢問わ
ず自然を満喫できる散策コースが
整備されている。雪解け後の夏に
は高山植物が一齐に咲き誇り尾瀬
に勝るとも劣らない風景が広がる。

data

新潟県十日町市中里地域
tel.025-757-3345
(十日町市観光協会)
tel.025-765-5585
(津南町観光協会)
Pなし

TSUNAN
TOWN
Culture
Tourism

アンギン

16 アンギン

生活文化
LIFE CULTURE

縄文時代からあったと言われている
自然植物の繊維で作られた幻の布・アンギン

ア アンギンとは、雪国に多く自生
するカラムシ、アカソなどの植
物から採れる繊維を糸にして編ん
で作る古代布。江戸時代の文献
に残るが、近代以降は幻の布と
なっていた。多くの縄文土器が発
掘されている津南町は、アンギン
を再発見した場所としても有名で、
技術の伝承にも取り組んでいる。

data

問:津南町農と縄文の体験実
習館なじもん
tel.025-765-5511

TSUNAN
TOWN
Culture
Tourism

つなんみだまこうえん

14 津南見玉公園

自然・環境
NATURE

自然が造り出した柱状節理は迫力満点
「大地の鼓動」を感じられる公園

秋 山郷の入り口にあたる見玉
集落の有志たちが5年の歳
月をかけて作り上げた公園。西側
を流れる中津川の対岸には溶岩が
冷えて固まった柱状節理があり、
柱が何本も立っているような絶壁と、
四季折々の表情をみせる山の草木
とのコントラストは絶景の一言。自
然との一体感を楽しもう。

data

新潟県中魚沼郡津南町見玉
地区
tel.025-765-5585
(津南町観光協会)
Pあり



YUZAWA
TOWN
Culture
Tourism

みくにかいどうわきほんじんあと いけだや

19 三国街道脇本陣跡 池田家



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



江戸時代に栄えた三国街道の歴史と面影が残る
今では貴重な江戸時代の宿泊施設

脇本陣とは、江戸時代の宿場に設置された幕府の役人などが宿泊する本陣の予備的な宿舎のこと。かつて参勤交代などで栄えた三国街道には多くの本陣、脇本陣が存在したが、現存しているのは三俣地区にある池田家のみ。明治時代には山県有朋や森鷗外なども宿泊したとか。

data
新潟県南魚沼郡湯沢町大字三俣780
tel.025-784-2211
(湯沢町教育委員会)
9:00~16:30
営業は4~11月
(営業期間中は無休)
入場料(予約制):大人300円、中学生以下150円
Pあり

YUZAWA
TOWN
Culture
Tourism

ゆざわまちれきしきみんぞくしりょうかん ゆきぐにかん

17 湯沢町歴史民俗資料館 雪国館



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



川端康成の小説『雪国』の世界観を
さまざまな展示で紹介する施設

湯沢が舞台となった川端康成の小説『雪国』と、湯沢の歴史を紹介。小説『雪国』に関する日本画や川端康成の遺愛品の展示、湯沢の昔の暮らしを再現した展示などを行う。小説のヒロイン、駒子の部屋が再現されたブースもある。改修工事のため2023年12月中旬(予定)まで休館中。

data
新潟県南魚沼郡湯沢町大字湯沢354-1
tel.025-784-3965
(休館中の問い合わせは、湯沢町観光まちづくり機構
tel.025-785-5505)
Pあり

YUZAWA
TOWN
Culture
Tourism

けどさわきょうりょう

20 毛渡沢橋梁



史跡・建造物
HISTORIC SITES &
BUILDINGS



紅葉や雪景色とも相性抜群
重厚感あふれるレンガ造りの鉄道橋

秘境駅として有名な土樽駅のほど近く、魚野川最上流部に架かる鉄道橋。メディアで「日本の美しい鉄道橋梁」の第2位として取り上げられたこともあり、全国から多くの人が写真を撮りに訪れる。全長217.4メートル、高さ10メートル以上の石造りの橋は下から見上げると迫力満点。

data
新潟県南魚沼郡湯沢町土樽
tel.025-785-5505
(湯沢町観光まちづくり機構)
※冬期は積雪のため橋梁付近立入不可
Pなし

YUZAWA
TOWN
Culture
Tourism

だいげんたこ

18 大源太湖



自然・環境
NATURE



大自然に囲まれた広大な湖は
気軽に自然を楽しめるネイチャースポット

大源太川を日本初のアーチ式砂防ダムでせき止めたダム湖。一帯は大源太キャニオンと呼ばれ、キャンプ場や地場野菜を使う農家レストラン、体験工房などの施設があるほか、夏にはカヤックなどのアクティビティも楽しめる。秋には名峰・大源太山の紅葉が湖面に映り、見応え抜群。

data
新潟県南魚沼郡湯沢町土樽
tel.025-785-5505
(湯沢町観光まちづくり機構)
Pあり



縄文時代の冬の暮らしを再現。縄文着を着て、弓矢や竪穴住居の暮らしを体験しよう



さまざまな模様や形をした火焔型土器の数々を展示している

芝生広場にマンモス!?



沖ノ原遺跡をモデルとした縄文ムラ。縄文体験のほか、コンサートなどのイベントも開催



学芸員
佐藤信之さん
Nobuyuki Sato

縄文人が見た風景や自然環境が残っています。異空間を楽しんで!

子どもと一緒に3-

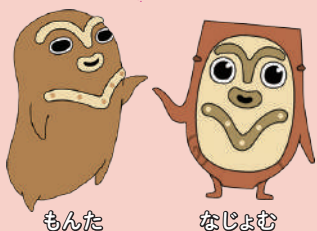


縄文 一日体験



農と縄文の体験実習館「なじよもん」で
縄文文化を学ぼう

約5,000年前にタイムスリップ!



もんた

なじよむ



カラシの繊維を使った本格的なアングン編み体験にチャレンジ!



世界でひとつだけのマイ土器が作れる



生活文化
LIFE CULTURE



のうとじょうものたいけんじゅうかん なじよもん

農と縄文の体験実習館 「なじよもん」

data 新潟県中魚沼郡津南町大字下船渡乙835
tel.025-765-5511 9:00~17:00(最終入館16:30)
月休(祝日の場合は翌平日) 入館料:無料
(有料企画展開催時は大人300円、中学生以下無料) Pあり

津南町の農・縄文・民俗・自然について学べる体験施設。季節ごとの企画展示をはじめ、出土した土器や石器の展示、屋外には竪穴住居7棟を復元した「縄文ムラ」やブナ林があり、自然を満喫しながら大昔の暮らしを体感することができる。また、木の実や樹皮などを使った工作や風土を活かした土日祝日限定の体験も子どもたちに大人気。ここでしかできない実習を目当てに県内外から多くの人が訪れる。

魚沼

方言クイズ
(第3問)

Q.「あねさ、めごいね～」とは、どんな意味でしょう?

- ▶ A. あなた、疲れているね
- ▶ B. あなた、とても上手だね
- ▶ C. お姉さん、かわいいね

答えは
P.94

イベントカレンダー

地域に古くから伝わるお祭りや神事、その町に根付いた楽しい催しなど
魚沼エリアで開催されるイベントを季節ごとにピックアップ。



7月17日～19日

南魚沼市

南魚沼市兼続公まつり

兼続公青年期と姫の恋物語をうたったゆかりの民謡『お六甚句』で踊るお六流しや、迫力あふれる太鼓の演奏などが催される。最終日には大煙火大会も開催。

data 会場:南魚沼市六日町地区
問:南魚沼市観光協会 tel.025-783-3377

夏

6～8月



5月上旬～中旬

魚沼市

魚沼芝桜まつり

魚沼の春の風物詩。約20万株の芝桜が植えられた公園内には、赤、白、ピンクなどのカラフルな芝桜の絨毯が広がる。見渡す限り一面に花が広がる景色は圧巻。

data 会場:花と緑と雪の里
問:むつみグループ tel.025-780-4560

春

3～5月



8月6日

湯沢町

ハチロクゆかた祭り

湯沢温泉通りを会場に、露店の出店やお楽しみ抽選会など、さまざまな催しを実施。浴衣姿で遊びに行ってみて。

data 会場:越後湯沢温泉通り
問:ハチロクゆかた祭り実行委員会
(湯沢町観光まちづくり機構内)
tel.025-785-5505



6月下旬

魚沼市

しねり弁天たたき地蔵祭り

男性は女性の腕をつねり(しねり)、女性は男性の肩をたたくという、年に一度の無礼講が許される奇祭。

data 会場:魚沼市小出市街
問:小出商工会
tel.025-792-2124



3月中旬

十日町市

雪原カーニバルなかさと

春の訪れを待つ雪原一面に、スノーキャンドルのあたたかな灯がきらめく幻想的なイベント。屋台も並ぶ。

data 会場:清津川フレッシュパーク
問:雪原カーニバルなかさと実行委員会
tel.025-763-2511



3月上旬

津南町

つなん雪まつり

メインイベントは『スカイランタンの打ち上げ』。雪原の夜空を舞うスカイランタンの美しい光景にうっとり。

data 会場:ニュー・グリーンピア津南 ほか
問:津南町観光協会
tel.025-765-5585



7月下旬～8月中旬

南魚沼市

八色スイカまつり

南魚沼で作られた八色スイカの直売イベント。大和の八色原を中心に栽培され、甘くてシャリッとした食感が人気。

data 会場:あぐりぱーく八色
問:JAみなみ魚沼アグリパーク
tel.025-788-0253



3月12日

南魚沼市

大里一宮神社春季大祭(農具市)

寒さに負けない活気ある季節市。大里地区の入口から参道、境内まで、竹細工やわら細工などの店が並ぶ。

data 会場:一宮神社
問:南魚沼市商工観光課
tel.025-773-6665

その他のイベント

6月上旬

〈南魚沼市〉南魚沼グルメマラソン
問:南魚沼グルメマラソン事務局 tel.025-777-3054

7月上旬

〈魚沼市〉月岡公園ユリまつり
問:魚沼市観光協会 tel.025-792-7300

7月14日
～16日

〈南魚沼市〉住吉神社大祭(塩沢まつり)
問:南魚沼市商工観光課 tel.025-773-6665

7月下旬

〈津南町〉津南まつり
問:津南町観光協会 tel.025-765-5585

8月25日
～27日

〈十日町市〉十日町おまつり
問:十日町市観光協会 tel.025-757-3345

その他のイベント

3月上旬

〈十日町市〉かわにし雪まつり
問:かわにし雪まつり実行委員会 tel.025-768-4951

3月中旬

〈南魚沼市〉石打丸山スノーカーニバル
問:石打丸山観光協会 tel.025-783-2523

3月中旬

〈十日町市〉越後まつだい冬の陣
問:越後まつだい冬の陣実行委員会 tel.025-597-2220

4月上旬
～下旬

〈南魚沼市〉銭淵公園 観桜会
問:六日町観光協会 tel.025-788-1703

4月下旬
～5月上旬

〈湯沢町〉湯沢高原「春の雪フェス」
問:湯沢高原パノラマパーク/スキー場 tel.025-784-3326



湯沢町

12月下旬～5月初旬

湯沢冬花火

湯沢町内の各グレンデでそれぞれテーマを設けた演出による創作花火が打ち上がる。冬の澄んだ夜空を彩る冬花火は、夏の花火とはまた違った美しさだ。

data 会場:湯沢町内各スキー場

問:湯沢町観光まちづくり機構 tel.025-785-5505

冬
12～2月



十日町市

9月中旬～11月中旬

へぎそばの里 越後十日町「地そば」まつり
十日町市の伝統食として有名な「へぎそば」を思う存分堪能できるイベント。地域のそば店が、布海苔(ふのり)をつなぎに使ったコシの強いそばを提供する。

data 会場:十日町市内・津南町内参加飲食店

問:へぎそばの里越後十日町「地そば」まつり実行委員会事務局
(道の駅 クロステン十日町) tel.025-757-2323

秋
9～11月



十日町市

1月中旬

節季市(チンコロ市)

犬や十二支を型どった小さなしんに細工のチンコロなどを販売。チンコロはすぐに売り切れてしまうほど人気。

data 会場:越後妻有交流館キナーレ

問:十日町市文化観光課
tel.025-757-3100



十日町市

1月15日

婿投げ・スミぬり

初婚を薬師堂から雪上へ投げ落とし祝う。『スミぬり』は灰と雪を混ぜ顔に塗りあい無病息災を願う行事。

data 会場:松之山温泉 薬師堂

問:松代・松之山温泉観光案内所
tel.025-597-3442



南魚沼市

9月中旬

ぶどう収穫祭とワインまつり

ワイナリーで開催されるブドウの収穫祭。魚沼の秋の味覚を堪能できるほか、コンサートやワイン販売なども実施。

data 会場:アグリコア越後ワイナリー

問:アグリコア越後ワイナリー
tel.025-777-5877



魚沼市

9月中旬

堀之内十五夜まつり

300年以上続くお祭り。神輿パレード後に行われる神輿流しは必見。魚野川を下る担ぎ手らは勇壮そのもの。

data 会場:八幡宮境内 ほか

問:堀之内商工会
tel.025-794-2433



南魚沼市

2月第3土曜～4月3日

三国街道塩沢宿 ひな雪見かざり

塩沢宿牧之通りを中心とした約60軒の店舗や民家で、ひな人形や塩沢上布で作った木目込み雛を鑑賞できる。

data 会場:南魚沼市塩沢牧之通り ほか

問:射干(しゃが)の会
tel.090-7244-2353



津南町

11月4日

GEO河岸段丘花火

特徴的な地形である「日本一の河岸段丘」を利用し、町全体を打ち上げ場所にした、日本一短い(約60秒)花火大会。

data 会場:中津川運動公園(本部)

問:津南町観光協会
tel.025-765-5585

その他のイベント	12月中旬 ～3月31日	〈津南町〉スカイランタン打上げ体験 問:ニュー・グリーンピア津南 tel.025-765-4611
	1月中旬	〈津南町〉結東どろく神 問:津南町観光協会 tel.025-765-5585
	1月下旬 ～3月中旬	〈魚沼市〉結の灯り 魚沼雪洞まつり 問:魚沼市観光協会 tel.025-792-7300
	2月第3土曜	〈南魚沼市〉しおざわ雪譜まつり 問:塩沢商工会 tel.025-782-1206
	2月下旬	〈湯沢町〉かぐら・みつまた雪灯り 問:かぐら・みつまた観光協会 tel.025-788-9006

その他のイベント	9月上旬	〈十日町市〉松之山温泉JAZZストリート 問:松代・松之山温泉観光案内所 tel.025-597-3442
	10月上旬	〈十日町市〉ロ・マン24 in まつだい 問:松代公民館 tel.025-597-2301
	10月中旬	〈十日町市〉生誕地まつり 問:十日町市観光協会 tel.025-757-3345
	11月3日	〈津南町〉見玉不動尊火渡り護摩 問:見玉不動尊火渡り護摩実行委員会 tel.025-756-3335
	11月中旬	〈湯沢町〉飯土登山祭 問:岩原観光協会 tel.025-787-3476



新潟県

ZOOM

魚沼エリア MAP

新潟県立浅草山麓
エコ・ミュージアム

福島県

十日町駅周辺MAP





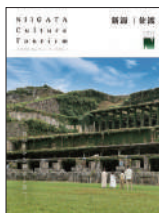
NIIGATA Culture Tourism 新潟 佐渡 魚沼の次は新潟・佐渡へ。



新潟・佐渡の
デジタル
ブックは
こちらから



新潟・佐渡の
動画は
こちらから



日本海に浮かぶ人口約5万1千人ほどの離島、佐渡島をはじめ、新潟県の県庁所在地である新潟市、そしてものづくりの町として名高い燕市・三条市、神が宿る地・弥彦村などにフォーカス。特に佐渡島は2024年「佐渡島(さど)の金山」として世界文化遺産登録が期待され、大きな注目が集まっている。鬼太鼓や能など独自の文化も多く、江戸時代から続いた伝統的な手工業による金生産の歴史を辿りながら旅をすることで、その偉大な価値を感じることができる。

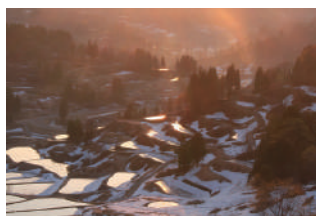
また、外国との貿易を行う日本海側初の港となった新潟港におけるみなとまち文化に触れたり、燕・三条エリアでものづくりのオープンファクトリーを訪れたりするのも、このエリアならではの文化を感じられる旅といえる。そして、凛とした佇まいと神聖な空気に包まれた新潟随一のパワースポット、彌彦神社への参拝もぜひ、旅の目的のひとつとして加えてみてほしい。

NIIGATA Culture Tourism 魚沼 MODEL COURSE

モデルコースは
こちらから



八海生そば 宮野屋



越後松代棚田群「星峠の棚田」



松之山温泉 湯守処「地炉」

魚沼地域の文化を
体感できる旅の
モデルコースを、紹介

NIIGATA
Culture
Tourism



INFORMATION

NIIGATA Culture Tourism
オフィシャルサイト

<https://n-story.jp/nct/>



■新潟県の文化情報

新潟の地域文化を紡ぎ繋げる



<https://n-story.jp/>



■新潟県の観光情報

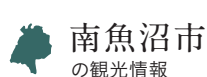


にいがた観光ナビ
niigata

<https://niigata-kankou.or.jp/>



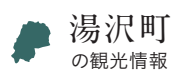
魚沼市
の観光情報



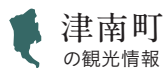
南魚沼市
の観光情報



十日町市
の観光情報



湯沢町
の観光情報



津南町
の観光情報



NIIGATA Culture Tourism

魚沼エリア

2023.10.1 発行

協 力

魚沼市、南魚沼市、十日町市、湯沢町、津南町
(公社)新潟県観光協会
(一社)魚沼市観光協会
(一社)南魚沼市観光協会
(一社)十日町市観光協会

(一社)湯沢町観光まちづくり機構
津南町観光協会
魚沼市教育委員会
NPO法人 笹山縄文の里

編 集 株式会社ジョイフルタウン

印 刷 株式会社第一印刷所

発行元 新潟県 観光文化スポーツ部 文化課

〒950-8570 新潟県新潟市中央区新光町4-1

tel.025-280-5619





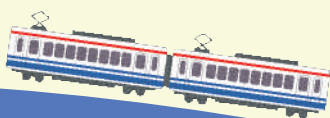
ほくほく線に 揺られて ぶんかさんぽ

魚沼の山々と田園の車窓風景に
心癒されるローカル線の旅へ

しんざ



しんざ駅



美佐島

魚沼丘陵駅



うおぬまきゅうりょう
魚沼丘陵

ひんやり暗いトンネルの駅

ほくほく線の路線は全長59.5キロメートルのうち、なんと7割がトンネル! 無人の美佐島駅は鍾乳洞を彷彿とさせるひんやりとした空間で、ちょっと怖い雰囲気のある駅として知られる隠れた名所だ。また、あまり外の景色が見えないことを逆手に取って生まれたシアター・トレイン「ゆめぞら」にぜひ乗ってみて。列車の天井に星空や花火などの映像を投影する仕掛けがロマンチック!



美佐島駅

六日町駅



むいかまち
六日町

コレ、食べてみて!

妻有ポークの 肉まみれ丼定食 2,090円

地元の米農家が手掛ける食堂。自家栽培のコシヒカリのごはんの上に、ブランド豚・妻有ポークのロースト、炙り、生姜焼きをトッピング!



(左)スタッフ 山田夏生さん
(右)店主 福嶋恭子さん



コレ、食べてみて!

南魚沼さきざい丼 750円

南魚沼産コシヒカリのごはんの上に、納豆と刻んだ野沢菜やたくあんをあえたものをたっぷりかけた魚沼地方の郷土料理。



あじのみせ きょう
味の店 京

data 新潟県南魚沼市六日町2252 tel.025-773-6606
11:30~14:00 / 17:00~22:00
不定休 40席 Pなし



ごったく えちごつまりのごちそうや
ごったく〜越後妻有のごちそう家〜

data 新潟県十日町市本町6-415 tel.025-752-5505
11:00~18:00(ランチは14:00まで。ごはんがなくなり次第終了)
月日休(9月末の農繁期は不定休あり) 18席 Pあり(冬季なし)

越後湯沢

ほくほく線って？

雪にも負けないタフなローカル線

南魚沼市の六日町駅から上越市の犀潟(さいがた)駅まで12駅を結ぶ地方鉄道。「ほくほく線」の名で親しまれ、地元の高校生たちを中心に年間90万人以上が利用している。世界屈指の豪雪地帯を力強く走るその姿は多くの鉄道ファンを虜に。また、高性能・高規格な運転設備を備えており、積雪に負けない雪国仕様のオリジナル車両はもちろん、一般的な電車の運転速度よりも早い時速95キロメートルで走行しているという点も大きな特徴だ。



北越急行株式会社 営業企画課長
村山正樹さん
Masaki Murayama

観光客の方から
マニアの方まで
幅広い人々が楽
しめる鉄道です

グッズも
あるよ！



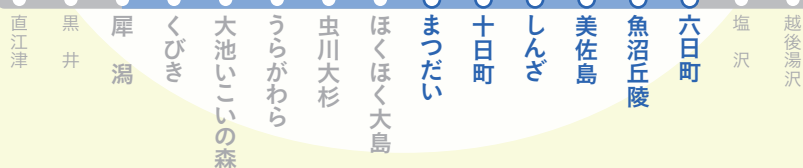
十日町駅構内の十日町市
総合観光案内所 TOCCO、
まつだい駅併設のまつだいふ
るさと会館、道の駅 雪のふる
さと やすづかで販売している



JR 信越本線

北越急行 ほくほく線

JR 上越線



まつだい駅

まつ
だい



十日
町

とおかまろ



十日町駅

建築デザイナー
カール・ベックスさん



ココに注目！

築120年の古民家を再生 日本建築の技が光るカフェ

2009年まで営業していた老舗旅館の建物を、古民家再生を手掛けるドイツ出身のカールさんが譲り受け、オフィス兼カフェに生まれ変わった。和と洋が調和する空間で軽食やコーヒーを楽しめる。

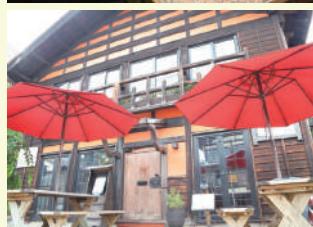


(写真手前) キッシュ 1,300円
(写真奥) オープンサンド 1,300円

カールベックスこみんかカフェ しぶい シブイ

カールベックス古民家カフェ『澁い』-SHIBUI-

data 新潟県十日町市松代2074-1 tel.025-594-7944 11:00~16:00
(ランチLO15:00/ドリンクLO15:30) 月~水休(祝日の場合は営業) Pあり



コレ、食べてみて！

土器ドキ最中 1個170円

火焰型土器をモチーフにしたもなか。縄文文化が残る十日町市の銘菓だ。十日町産のもち米を使った香ばしい皮が特徴。皮の内側にあんこがたっぷり。



店長
本田憲子さん



おかしのみむらや えきどおりほんてん
お菓子の木村屋 駅通り本店
data 新潟県十日町市駅通り98-1
tel.025-752-2280
8:30~18:00 不定休 Pあり

