

4 穴の谷霊水



洞窟の奥から湧き続け、古くから多くの行者を支えたこの水は、万病に効く水として知られ「環境省選定名水百選」に選定されています。山間部の谷に位置し、木々に囲まれた参道から霊水口にかけて、200体以上の石仏が立ち並び非日常的な空間が広がっています。

☎ 076-472-4711

環境省選定
名水百選のひとつ

15分
15分

3 眼目山立山寺



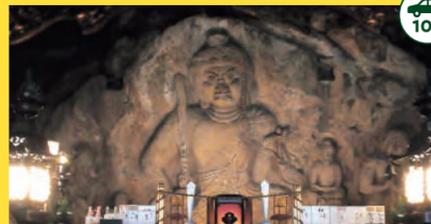
地元では「さっかの寺」と呼ばれ親しまれているこの寺は、周辺に県の天然記念物に指定されている「とが並木」や、お散歩気分が歩ける楡形山、山岳信仰にまつわる開創伝説を今に伝える坐禅石などがあり、それらを巡る森林セラピーを体験することもできます。

☎ 076-472-0699

とが並木は
圧巻!

10分
10分

2 大岩山日石寺



725年に行基が開いたのが始まりと伝わる真言密宗大本山。行基が自ら彫ったと伝わる磨崖仏は、国の史跡と重要文化財に指定されています。特に3mを超える不動明王像は、大きさ・美しさ・保存状態の良さから全国屈指の磨崖仏とされ、多くの信者・参拝者を集めています。

☎ 076-472-2301

真言密宗の
大本山

10分
10分

1 劔岳



古くから、信仰の対象であった劔岳は、天手力雄神・本地仏不動明王のご神体として、崇敬を集めてきました。自然や文化、産業、人々の暮らしなど上市町のすべての源流となっています。町内には劔岳ビュースポットが点在しています。

マップの劔岳ビュースポットをチェック

日本百名山
のひとつ

富山県 上市町 ACCESS情報

詳しくは↑こちらをチェック

アクセスには
地鉄が便利!

鉄道	自動車
<p>東京駅 北陸新幹線 2時間8分</p> <p>名古屋駅 東海道新幹線-北陸本線(特急)-北陸新幹線 約2時間40分</p> <p>大阪駅 北陸本線 特急 3時間4分</p> <p>金沢駅 北陸新幹線 20分</p>	<p>練馬IC→関越→上信越→北陸道 約5時間</p> <p>二宮IC→東海北陸自動車道→北陸自動車道 約2時間49分</p> <p>吹田IC→名神→北陸道 約4時間</p> <p>金沢東IC→北陸道 約40分</p>

富山地方鉄道 富山駅 約25分 (特急16分)

富山 立山IC 約5分

富山 滑川IC 立山IC

上市町

TAXI 上市タクシーガイド 旭タクシー 076-472-0456 / GM交通 076-472-0151

【発行】上市町観光協会 〒930-0314 富山県中新川郡上市町若杉3番地3(上市駅構内) TEL 076-472-1515 FAX 076-472-1514 http://kami1tabi.net/ R.24

おすすめイベント情報

- 2月 劔岳雪のフェスティバル
- 5月 つるぎ山菜まつり
- 6月 劔岳山開き安全祈願祭鎮魂祭
- 6月 市姫神社祭礼
- 6月 大岩山滝開き・火渡り修法
- 8月 大岩おわら宵の盆
- 8月 ふるさと観光上市まつり
- 10月 フォトロゲイニング上市まちのわ
- 10月 黒川フェスティバル
- 11月 上市えきなか古本市

上市町のみどころ

- 5 おおかみこどもの花の家

映画の世界を体験

アニメ映画「おおかみこどもの雨と雪」2012年の映画公開から、いまでも全国各地から年間約1万人が訪れています。映画は上市町出身の細田守監督の作品。山あいにある古民家は主人公が暮らす家のモデルでファンの「聖地」となっています。
- 6 国指定史跡 上市黒川遺跡群

平安時代末期から鎌倉時代の経塚・墓地・寺院など宗教施設が発見され、劔岳を中心とした「立山信仰」の起源・成立やその変遷を知る上で重要な史跡とされています。黒川地区は、金沢大学医学部の基を築いた一人である黒川良安の生地でもあり、穴の谷霊水の駐車場に碑が立っています。

富山県 上市町 観光MAP

かみいちまち かんこうまっぷ

ポケットに入れて 散策しよう!

ようこそ劔岳と 霊水の里へ

Here

劔岳

日石寺

立山寺

穴の谷霊水

文化・歴史にふれる学ぶ ゆっくり鑑賞してみよう

10 弓の里歴史文化館

県内有数の埋蔵文化の宝庫上市町。その遺跡出土品などを多数収蔵。特に上市黒川遺跡群・弓庄城跡関連の資料や出土品は見事です。

☎ 076-473-8100 ☎ 9:00~17:00 (入館は16:30まで) ☎ 月曜休館(祝祭日の場合はその翌日) ☎ 入館無料

11 富山県薬用植物指導センター

薬草に関する知識を学ぶことができる。薬都とやまならでは施設です。5月、シャクヤクとボタンが満開を迎え、11月はカリンが黄金に色づきます。

☎ 076-472-0801 ☎ 9:00~17:00 ☎ 土日・祝休館(野外の見学は年通) ☎ 入館無料

12 西田美術館

自然・宗教・芸術の一大調和を目指す美術館。シルクロード遺産、ロシア聖画像、現代マンダラ、東欧絵画などが常設展示で楽しめます。

☎ 076-472-4352 ☎ 9:30~16:30 (入館は16:00まで) ☎ 月曜(月曜祝日の場合は会館、翌日休館※年末年始は休館、その他臨時休館有り) ☎ 常設展(一般500円)、企画展(一般700円)

自然とふれあうレジャー 大自然の中で遊ぼう!

7 ふるさと劔親自然公園

劔岳のふもとに位置し、森林や上市川第二ダム(早乙女湖)など自然に親しむことができます。キャンプやバーベキューなど、雄大な自然の中でアウトドアライフが満喫できます。

☎ 076-472-0123 ☎ 4月下旬~11月20日(積雪により前後あり) ☎ 入館無料

8 丸山総合公園

野球場、夜も楽しめるテニスコート、総合体育館、サッカーや陸上競技に使用できる多目的広場、雨でもゲートボールができる屋内多目的広場などのスポーツ施設が充実しています。

☎ 076-472-5300 ☎ 平日9:00~21:00(野球場・多目的広場は日没まで)、日曜及び休日9:00~17:00 ☎ 月曜(祝日の場合その翌日)、年末年始

9 馬場島

劔岳登山の基地として多くの登山者が訪れる馬場島は、中部山岳国立公園の豊かな自然に囲まれ、馬場島荘など宿泊施設もあります。一帯は立山川と白萩川に挟まれ、涼やかな川音のBGMを楽しめます。

【馬場島荘】☎ 076-472-3080 ☎ 夏期:4月下旬~11月上旬(冬期は、伊折のゲートが閉鎖するため、車の出入りはできません)

おすすめトレッキング おすすめコースをご紹介します

初級 ハゲ山遊歩道 (464.7m)

種集落を進むと登山口があります。正面に劔岳、大日岳を一望でき眼下には美しい里山の棚田風景が広がります。

所要時間… 徒歩で往復2時間程度
トイレ… なし

初級 城ヶ平山遊歩道 (446.5m)

大岩バス停広場奥の橋を渡ると登山口があります。茗荷谷山城跡だけに頂上は遮るものがなく360度のパノラマで四季折々の風景が楽しめます。

所要時間… 徒歩で往復3時間程度
トイレ… 大岩側登山口手前にあり

中級 千石城山遊歩道 (757.6m)

上市川第二ダムの上、ふるさと劔親自然公園の中から行くことができます。峠からは、眼前に早月川の流れや劔岳の眺望が楽しめます。

所要時間… 徒歩で往復3時間程度
トイレ… ふるさと劔親自然公園を利用

上級 中山遊歩道 (1,255.2m)

早月川の馬場島橋手前に登山口があります。山頂からは目前に迫る劔岳の雄姿を真正面に、南には薬師岳から北は毛勝山までを一望できます。

所要時間… 徒歩で3時間程度
トイレ… 馬場島野営場を利用

上市町ならではの体験 ここでしかできない体験

大岩山日石寺修行体験

祈りの里上市に残る密教の聖地大岩山日石寺。ここでは、修験を今に伝える滝行、写仏や巡礼といった修行を体験することができます。食事もセットになった体験プランも人気。

森林セラピー

眼目・大岩・馬場島の3つのエリアからなる「劔・きらめきの森」は、自然と歴史文化が融合した、全国的にも大変珍しい森林セラピー基地(2012年基地認定)です。個性的なプログラムでお客様をお迎えしてくれるガイドチームがご案内します。

城館跡巡り

- 弓庄城跡… 現弓の里歴史文化館の隣。中新川一帯を治めた土肥氏の居城であった。
- 茗荷谷山城跡… 城ヶ平山頂上にあった山城。弓庄系土肥氏の居城。平らな山頂が名残。
- 郷柿沢館跡… 現西養寺。堀江に城を構えていた系統の土肥氏の館であった。
- 千石山城跡… 千石城山にあった山城。堀江系土肥氏の山城であった。
- 稲村城跡… 上市川ダムの北側にそびえる山上に位置する。城主は土肥源七郎と伝えている。
- 柿沢城跡… 大岩川から平野部へさしかかる右岸山上に位置する。弓庄系土肥氏の居城であった。
- 護摩堂城跡… 上市町と滑川市の境、城山山頂部に位置する。城主は箕輪氏。

上市町 観光MAP

かみいちまち かんこうまっぷ

上市町って
どんなところ?

祈りの里・市の町・恵みの野山、上市町。霊峰劔岳は、そんな上市町のすべての源流。山岳信仰に彩られた古刹や祈りの跡も、心と体を癒し潤す霊水も、風土の恵みに満ちた実りや生業も、すべて劔岳を源流として今に続いています。

地域に残る自然環境と結びついた歴史文化を生かすため、エコツーリズムの手法を積極的に導入し、修行体験や森林セラピー、里山体験、フォトロゲイニングなど、ユニークな取り組みも進めています。



劔岳の壮麗な姿がシンプルにデザインされた上市町のシンボルマークは「かみいちグリーン」をイメージカラーに、豊かな自然と香り高い文化が育ち、活力と魅力あふれるふるさとを発展をイメージしているんだって!

ようこそ劔岳と
霊水の里へ

- [各種アイコン]
- 駅
 - とやまの名水
 - 温泉
 - 宿泊施設
 - 劔岳ビュースポット
 - 花スポット
 - 巨木・名木・自然物
 - 城跡
 - 国・県指定文化財

バスと電車で
巡ろう!



バス&電車に乗ってみよう
町内には、町営バスと富山地方鉄道の電車が走っています。町内の電車の駅は上市駅をはじめ、相ノ木駅、新相ノ木駅、新宮川駅の4つです。

- バス普通運賃
大人…………… 200円
- 電車料金(現金)
[電鉄富山から上市]
大人…………… 610円
- [宇奈月温泉から上市]
大人…………… 1,520円
- [立山から上市]
大人…………… 1,130円



バスの詳細はこちら 電車の詳細はこちら



サイクリング
体験するなら!



コグッチャレンタサイクル
上市町を巡るなら、サイクリングがジャストフィット!走って巡って楽しもう!!

〒中野川郡上市町若杉3番地3
☎ 076-472-1515
🕒 9:00~17:00
(冬期間11~3月/9:00~16:00)

※詳しくは上市駅構内にある「上市町観光協会」まで

上市町の霊水・名水



穴の谷霊水
環境省選定名水百選・とやまの名水
〒中野川郡上市町黒川84
☎ 076-472-4711(穴の谷霊水弘真会)
🕒 7:00~17:00(時期により異なる)
📅 年中無休 あり(有料)



弘法大師の清水
とやまの名水
〒中野川郡上市町護摩堂
☎ 076-472-1111(上市町役場代表)
📅 冬季閉鎖の場合あり
📅 あり(無料)



大岩の藤水
とやまの名水
〒中野川郡上市町大岩163
☎ 076-472-2301(大岩山日石寺)
📅 事務所は16:00まで 年中無休
📅 あり(無料)



城山の湧水
とやまの名水
〒中野川郡上市町柿沢下林2
☎ 076-472-5454 🕒 24時間
📅 あり(無料)



上市川沿岸円筒分水場円筒分水槽
とやまの名水
〒中野川郡上市町釈尊寺地内

この分水場は公平に水を分配するため、整備されました。大きく迫力のある姿から、隠れた観光スポットとして人気を集めています。*こちらは水汲み場ではありません。

上市町の温泉



アルプスの湯
〒中野川郡上市町湯上野1176
☎ 076-473-9333
🕒 10:00~21:00(受付20:30迄)
📅 月曜(祝日の場合は翌日、12月31日、1月1日) 大人610円
https://kamiichimachi-zaidan.jp/



大岩不動の湯
〒中野川郡上市町大松3
☎ 076-473-3622 🕒 12:00~21:00
(冬季14:00~、受付20:30迄)
📅 火曜(祝日の場合は翌日)
📅 金曜(日帰り入浴)
📅 大人700円
http://www.net3-tv.net/~oiwakukan/



つるぎ恋月
〒中野川郡上市町湯上野1
☎ 076-472-6333
🕒 10:00~16:00(受付15:00迄)
📅 金曜(日帰り入浴)
📅 大人700円
https://www.tsurugi-koizuki.com/



ゆのみこ温泉
〒中野川郡上市町湯神子25
☎ 076-472-3111
🕒 13:00~22:00(受付21:30迄)
📅 大人550円
https://www.yunomiko.com/

*掲載のデータは2020年4月現在のものです。変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。