

#### 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

上市駅から  
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、周辺に県天然記念物に指定されている「とが並木」や、お散歩気分で行ける楸形山、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！

上市駅から  
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の大本山。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

上市駅から  
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

Here

アクセスには  
地鉄が便利！

| 鉄道   | 富山                         | 上市町                |
|------|----------------------------|--------------------|
| 東京駅  | 北陸新幹線 2時間10分               | 富山地方鉄道 富山駅 25分     |
| 名古屋駅 | 東海道新幹線→北陸本線(特急)→北陸新幹線 約3時間 | 富山地方鉄道 宇奈月温泉方面 25分 |
| 大阪駅  | 北陸本線 特急 3時間4分              | 金沢駅乗換 25分          |
| 金沢駅  | 北陸新幹線 20分                  | 金沢駅乗換 25分          |

| 自動車   | 富山                           | 上市町                |
|-------|------------------------------|--------------------|
| 東京方面  | 練馬IC→関越→上信越→北陸道 約5時間         | 富山地方鉄道 富山駅 25分     |
| 名古屋方面 | 一宮IC→東海北陸自動車道→北陸自動車道 約2時間49分 | 富山地方鉄道 宇奈月温泉方面 25分 |
| 大阪方面  | 吹田IC→名神→北陸道 約4時間             | 富山地方鉄道 宇奈月温泉方面 25分 |
| 金沢方面  | 金沢東IC→北陸道 約40分               | 富山地方鉄道 宇奈月温泉方面 25分 |

| 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/

#### おすすめイベント情報

- 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
- 11月

つるぎフェスティバルinかみいち

#### 上市町のみどころ



5 おおかみこどもの花の家  
☎ 中新川郡上市町浅生18  
☎ 9:00~17:00 ☎ 年中無休 ☎ なし  
※管理人不在の場合もカメラにより遠隔管理されています。

映画の  
世界を体験



6 国指定史跡  
上市黒川遺跡群  
(円念寺山経塚／黒川上山墓路／伝真興寺跡)  
☎ 中新川郡上市町黒川地内  
☎ 076-472-1111

国の史跡  
にも指定！

富山県

劔岳

## 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！

Here

日石寺

立山寺

穴の谷霊水

ようこそ劔岳と  
霊水の里へ

#### 文化・歴史にふれる学ぶ

ゆっくり  
鑑賞してみよう



#### 14 弓の里歴史文化館



#### 15 富山県薬用植物指導センター



#### 16 西田美術館

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收藏。特に上市黒川遺跡群・弓之城跡関連の資料や出土品は必見です。  
☎ 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) ☎ 入場無料

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、ジ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) ☎ 入場無料

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！



#### 11 ふるさと劔親自然公園



#### 12 丸山総合公園



#### 13 馬場島

劔岳のふもとに位置し、森林や上市川第二ダムなど自然に親しむことができます。オート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) ☎ 入場無料

人工芝グレンデ、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

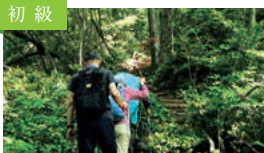
劔岳登山の基地として多くの登山者が訪れる馬場島は、中部山岳国立公園の豊かな自然に囲まれ、馬場島荘など宿泊施設もあります。一帯は立山川と白萩川に挟まれ、涼やかな川音のBGMを楽しめます。  
【馬場島荘】☎ 076-472-3080 ☎ 夏期:4月下旬~11月上旬(冬期は、伊折のゲートが閉鎖するため、車の出入りはできません)

#### おすすめトレッキング

おすすめ  
コースをご紹介



#### 7 ハゲ山遊歩道 (464.7m)



#### 8 城ヶ平山遊歩道 (446.5m)



#### 9 千石城山遊歩道 (757.6m)



#### 10 中山遊歩道 (1,255.2m)

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

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

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

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… 徒歩で往復4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



#### さっか“禅”体験



#### 森林セラピー体験

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・西黄寺。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の上に位置する。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の上に位置する。弓庄系土肥氏の居城であった。  
護 摩 堂 城 跡 … 上市町と清川市の境、城山山頂部に位置する。城主は箕輪氏。

祈りの里上市に残る密教の聖地大岩山日石寺。そこでは、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。食事セットになった体験プランも人気。

曹洞宗の由緒ある名刹立山寺では、月初め日曜朝の「朝活禅」、一日坐禅、写経と作務に打ち込む「坐禅と作務の一日」など禅の体験ができます。また、禅宗様式に則った「禅婚」は、大切なパートナーとの絆を結び記憶に残る結婚式になることでしょう。

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。





- [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

## 上市町の霊水・名水



環境省選定名水百選・とやまの名水

**穴の谷霊水**  
☎ 中新川郡上市町黒川84  
☎ 076-472-4711(穴の谷霊堂弘真会)  
☎ 7:00~17:00(時期により異なる)  
☎ 年中無休 ☎ あり(有料)

全国から愛好者がこの水を求めて足を運びます。



とやまの名水

**弘法大師の清水**  
☎ 中新川郡上市町護摩堂  
☎ 076-472-1111(上市町役場代表)  
☎ 冬季閉鎖の場合あり  
☎ あり(無料)

弘法大師伝説が残る霊水です。



とやまの名水

**大岩の藤水**  
☎ 中新川郡上市町大岩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)

昔から眼にご利益があると伝わる霊水です。



とやまの名水

**城山の湧水**  
☎ 中新川郡上市町柿沢下林2  
☎ 076-472-5454 ☎ 24時間  
☎ あり(無料)

軟度5度前後のウルトラ軟水でシリカの含有率も高く地元では日常的に使われている名水です。

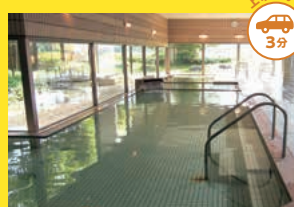


とやまの名水

**釈泉寺円筒分水槽**  
☎ 中新川郡上市町釈泉寺地内  
2022年に国登録有形文化財になりました。

この分水槽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



とやまの名水

**アルプスの湯**  
☎ 中新川郡上市町湯上野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、70歳以上500円  
https://kamiichimachi-zaidan.jp/

※掲載のデータは2023年のものです。変更になることがございますので、あらかじめご了承ください。



とやまの名水

**大岩不動の湯**  
☎ 中新川郡上市町大松3  
☎ 076-473-3622  
☎ 平日14:00~21:00(受付20:30迄)  
☎ 土日祝12:00~21:00(受付20:30迄)  
☎ 火曜、第1・第3水曜日 ☎ 大人470円  
http://www.net3-tv.net/~oiwakukan/

※掲載のデータは2023年のものです。変更になることがございますので、あらかじめご了承ください。



とやまの名水

**つるぎ恋月**  
☎ 中新川郡上市町湯上野1  
☎ 076-472-6333  
☎ 10:00~14:00(受付13:00迄)  
☎ 不定休(日帰り入浴)  
☎ 大人700円  
https://www.tsurugi-koizuki.com/

※掲載のデータは2023年のものです。変更になることがございますので、あらかじめご了承ください。



とやまの名水

**ゆのみこ温泉**  
☎ 中新川郡上市町湯神子25  
☎ 076-472-3111  
☎ 13:00~21:00(受付20:30迄)  
☎ 大人600円  
https://www.yunomiko.com/

※掲載のデータは2023年のものです。変更になることがございますので、あらかじめご了承ください。

富山県

# 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の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