

# 別所線と走ろう、歩こう!! 2018.5.19

## ラン&ウォーク コースマップ



### Instagram インスタグラムフォトコンテスト


別所温泉  
宿泊補助券等が  
当たる

投稿期間：2018年5月19日(土)14:00まで  
審査方法：主催者が任命した審査員により、審査いたします。  
景品贈呈：日時/2018年5月19日(土)15:00頃  
会場/別所温泉あいそめの湯 芝生広場

#### 当選条件：

- ①当フォトコンテスト期間中に撮影された画像が対象となります。
  - ②確認のため、ご当選者様へ2018年5月19日(土)14:30頃にInstagramダイレクトメッセージにて通知をしますので、受信後15分以内に返信をお願いいたします。
  - ③同日15:00に別所温泉あいそめの湯 芝生広場にて景品を贈呈させていただきますので、その場にいらっしゃる方に限ります。
- ※上記条件にご対応いただけなかった場合は、当選されても景品を贈呈できません。ご了承の上フォトコンテストにご参加ください。

#### 参加方法

- 1 公式Instagram「besshosen\_run\_walk」をフォロー  

- 2 大会中やコース周辺の写真を撮影☆
- 3 ハッシュタグ「#別所線と走ろう2018」をつけて投稿!



- ・ 交通ルールを守ってゴールの別所温泉をめざしましょう。  
交差点、別所線踏切では必ず止まって、安全を確かめてから渡ってください。道路を横断する場合は、必ず左右を確認してください。信号は厳守してください。民家など私有地には入らないでください。走りながら、歩きながらのスマホは危険です。必ず安全な場所に止まって操作を。その他、誘導のスタッフの指示に従ってください。
- ・ 信州の鎌倉、上田、塩田平、別所温泉の景色をゆっくり楽しんでください。

○主催：別所線と走ろう実行委員会 ○共催：別所線の将来を考える会、うえだミックススポーツクラブ  
○協賛：(株)メダリスト・ジャパン、若林醸造(株)、カスタムプロデュース(株)、BROOKS、Zerofit、信州ハム(株)、Ario アリオ上田  
○後援：上田市、上田市教育委員会、信濃毎日新聞社、上田電鉄(株)、別所温泉観光協会、別所温泉旅館組合、別所線電車存続期成同盟会  
○協力：TAG CLUB、Club TOSHI、侍学園スクオーラ今人、スポーツサイクルベレーニョ、スローライフプロジェクト、まるこ福祉会(とんぼハウス)、やまぼうし自然学校、リスタート・ランニングクラブ、ずくだせ農場、太郎山陽生会

裏面に続く↓

歴史いきづく  
ロマンのまち

# 塩田平 ガイド

## 安楽寺 (あんらくじ) A 国宝・八角三重塔

信州最古の禅寺。境内の奥に日本で唯一の八角形をした木造の三重塔がそびえ、長野県では初めて国宝に指定された。中国宋時代の建築様式も見ごたえがある。

## 中禅寺 (ちゅうぜんじ) B 重文・薬師堂

空海によって開かれたと伝わる真言宗の古刹。中部日本最古の木造建築物といわれ、本尊の薬師如来坐像、神将像とともに国の重要文化財に指定されている。

## 無言館 (むごんかん) C

第二次世界大戦中、志半ばで戦場に散った画学生の遺作を収蔵、展示。彼らの絵画やブロンズ像などとともに、書簡やイーゼルなどの愛用品も観覧できる。

## 生島足島神社 D (いくしまたるしまじんじゃ) 重文・武田信玄起請文

万物に生命力を与える「生島大神」と、万物に満足を与える「足島大神」の二神が祀られ、摂社には諏訪大神が祀られる信濃屈指の古社。

## 北向観音 (きたむきかんのん) E

長野市の善光寺と向かいあうように本堂が北を向いていることがその名の由来。825年の創建以来、厄除け観音として信仰を集めてきた。

## 常楽寺 (じょうらくじ) F 重文・石造多宝塔

別所温泉を開いた慈覚大師による開山と伝わる。境内には石造多宝塔があり、また仏像や絵画など寺秘蔵の名品が数多く展示された美術館も併設されている。

## 龍光院 (りゅうこういん) G

格式ある黒門と樹齢600年を誇るケヤキが素晴らしい塩田北条氏の菩提寺。3月から11月まで精進料理の山菜膳が味わえる。(要予約、1,600円と2,000円の2種類)

## 前山寺 (ぜんさんじ) H 重文・三重塔

弘法大師が開き、鎌倉時代に長秀上人が発展させたという前山寺。「未完成の完成塔」といわれる国の重要文化財の三重塔が見事。



### 別所温泉湯めぐりガイド 信州最古の温泉。\*美人の湯、 が日帰りで楽しめる。

共同浴場(外湯) ◆営業時間 6:00～22:00 ◆入湯料 150円

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <p><b>石湯</b></p> <p>真田幸村の隠し湯とも。天然の巨石を配した湯船が印象的。</p> | <p><b>大師湯</b></p> <p>北向観音建立のために訪れた慈覚大師が入浴したことからその名がついた。</p> | <p><b>大湯</b></p> <p>木曾義仲がここに御湯屋を新築し、葵御前と訪れたという。</p> |
|---|---|---|

- |   |  |
|---|--|
| <p><b>あいそめの湯</b></p> <p>露天風呂と内湯のほか岩盤浴(別途500円)もあり人気。<br/>◆営業時間 10:00～22:00<br/>◆入湯料 500円(小中学生250円)</p> | <p><b>足湯をなぐり</b></p> <p>安楽寺の八角三重塔を模した総繪造りの足湯。<br/>◆営業時間 6:00～21:00<br/>◆入湯料 無料</p> |
|---|--|

↓表面の続き

下之郷駅  
EiDステーション  
通過タイム13:00まで

舞田駅  
EiDステーション  
通過タイム14:00まで

若林醸造  
EiDステーション

山寺巡りコース  
分岐点通過タイム13:00まで

GOAL  
あいそめの湯  
ゴールタイム15:00まで

塩田の館  
EiDステーション  
通過タイム14:00まで

塩田平パノラマ展望台  
簡易EiDステーション  
★コース上の最高地点です。