

月山ビクターセンター:出羽三山ガイド

出羽三山とは?

出羽三山とは、3つの聖なる山の総称です。3つの聖なる山とは、羽黒山(414 m)、月山(1,984 m)、湯殿山(1,500 m)のことです。出羽三山には、修験道信仰の中心地として1,400年の歴史があります。修験道とは、山で修行に努める古くからの伝統であり、仏教と神道両方の要素を含んでいます。修験道の行者にとって、これらの3つの山すべてを詣でることは、生まれて死については再生するという旅を象徴するものです。

出羽三山は磐梯朝日国立公園の一部です。この国立公園には、美しい風景や、精神面・科学面で興味深い見どころがたくさんあります。磐梯朝日国立公園は、日本で2番目に大きな国立公園です。日本の北東部にある福島県・山形県・新潟県の1,870平方キロにわたっています。

出羽三山の何が特別なのでしょう?

出羽三山には、修験道の信仰の場所として1,400年の歴史があります。ここで始まった修験道の伝統は、日本最古のものだと考えられています。伝説によると、この修験道の伝統は、蜂子皇子が593年に見た光景から始まりました。三本足のカラスが彼を羽黒山へと導き、羽黒山では彼の前に神が現れました。その出来事が、この山の神々の信仰に一生を捧げるよう蜂子皇子を導きました。修験道の信仰はアニミズム的であり、自然の神性という考えを中心としています。山などの自然の造形が、神の住む場所だと信じられているのです。

出羽三山の巡礼とは?

出羽三山の巡礼は、「三関三渡」(三つの関と三つの渡し)と呼ばれています。出羽三山とは、羽黒山(414 m)、月山(1,984 m)、湯殿山(1,500 m)のことです。この巡礼は精神的な再生への旅を象徴していると考えられており、それぞれの山はこの旅路の異なる段階を表しています。羽黒山は現在(現世)を象徴し、月山は過去(死後)を象徴し、湯殿山は未来(再生)を象徴しています。

巡礼を終えるにはどのくらい時間がかかりますか? また、事前に何を計画しておく必要がありますか?

出羽三山すべてに登るには、通常、少なくとも2泊を要します。また、各山には登山できる時期があります。それゆえ、「三関三渡」を歩くには、慎重な計画が不可欠です。

羽黒山は年中、登れますが、月山に登れる季節は短く、7月1日から9月30日までです。湯殿山には、5月上旬から10月末まで登れます。出羽三山すべてを詣で、「三関三渡」を全うしようという計画なら、必ず夏に訪れましょう。

月山の状況は特に変わりやすいため、適切な準備が必要です。

下記の事項を行いましょ。

- 出発前に、月山ビジターセンターで、各山の気象状況を確認する
- 行程を慎重に計画し、日没前にその日の行程を確実に歩き終わられるようにする
- 電話を完全に充電しておく
- 十分な食料・飲料を持参する
- 適切な服装を着る

宿泊施設は登山前に手配しておかなくてははいけません。山でのキャンプは禁止されています。

何が見られますか？

出羽三山の巡礼では、精神面でも自然についても重要な多くの見どころを通ります。

羽黒山のふもと近くで出逢う最初の見どころの1つは、杉の木でできた五重塔です。最初の塔は940年頃に建てられましたが、1372年に再建され、1608年に修理が行われました。塔の高さは29mで、国宝として登録されています。

それぞれの山には神社があるものの、月山と湯殿山は雪が深く冬には訪れることができません。そのため、出羽三山すべての神々は、羽黒山の山頂にある「三神合祭殿」という神社に祀られています。羽黒山の山頂ははるかに低いため、降雪量はより少なく、年中訪れることができます。

月山(1,984 m)の弥陀ヶ原湿原では、たくさんの高山植物が生育しています。弥陀ヶ原湿原は、標高約1,400mの稜線に沿った湿地です。注目すべき野生種は、オゼコウホネ(学名: *Nuphar pumilum* var. *ozeense*) や、エゾノハクサンイチゲ(学名: *Anemone narcissiflora* var. *sachalinensis*) などです。オゼコウホネは、黄色の花を咲かせる水生植物です。エゾノハクサンイチゲは、北海道と月山でのみ生育する花です。

一般的には、標高2,500m以上がこの種の高山帯になりますが、月山では1,300m付近でも高山植物が生き茂ります。それゆえ、これは「偽高山帯」と呼ばれます。「偽高山帯」は稀な現象です。標高がもっと高いところではより一般的である環境が、特に厳しい条件によって(標高が高なくても)生じる場合に、この「偽高山帯」が現れます。月山でこれらの条件を作っているのは、日本海からの強い沿岸風と、1年の多くの期間斜面を覆っている深い積雪です。この環境は、背の高い針葉樹にとって好ましくありません。こういった気候でなければ、この標高では背の高い針葉樹が育つのです。

どこに宿泊できますか？

人気のある宿泊施設は「宿坊」です。修験者たちは、何百年も宿坊に泊ってきました。この伝統的で快適な宿泊施設は、精進料理を提供しています。精進料理とは、宗教を実践する人々のための菜食料理です。典型的な精進料理は、木の実、根菜、タケノコ、花、キノコといった地元の野生植物や野菜を使ったものです。この料理では、多くの場合、米・豆腐・保存野菜に、海藻・植物油・味噌で風味をつけたものが大きな役割を担います。歴史を見ると、出羽三山の修験者（修験道の実践者）は、精進料理だけを食べていました。修験者たちは、豊富な知識をもとに自給自足しており、山にある食べられるものは何でも利用していました。修験者は、自分たちが山で修行する際に食べていくために、集めた食料を塩漬けにしたり、漬物にしたり、日干しにしていたのでしょう。

修験道を体験できる方法がありますか？

修験道を深く体験したい方は、羽黒町観光協会に連絡して、修行体験に関する詳細を知ることができます。

出羽三山への行き方は？

東京から出羽三山へは、鉄道が便利です。上越新幹線を使うと、約 2 時間で新潟に到着します。新潟から、出羽三山への最寄り駅である鶴岡への特急に乗ります。

また、東京の羽田空港から庄内空港までの航空便が 1 日 4 本あります。庄内空港は、月山ビジターセンターから車で 40 分です。

より詳しい情報はどこで手に入れますか？

月山ビジターセンターは、羽黒山の南側にあります。羽黒山は、いにしへの出羽三山巡礼の出発地です。

月山ビジターセンターを訪れば、この地域の見どころ、古くからの精神の根幹、および多様な野生生物について、英語でも情報が得られます。この施設は、近くの見どころや、安全な登山の方法について、季節に応じた実践的情報を提供しています。この地域を描いたジオラマでは、出羽三山が一望できます。山歩きの計画には、月山からのライブ動画が役に立ちます。また、地元の植物を使った染め物などに関する体験学習の機会にも参加できます。