

明神池

這個葫蘆形的池塘位於上高地北端的穗高神社奧宮（內社）中，因為水質清澈，水面如鏡，也被稱為「鏡池」，又因為當地在神道教神話體系裡的重要地位而得名「神池」。

傳說世界初生之際，海神綿津見之子、神話裡的日本首位統治者神武天皇（在位期間：西元前 660-585）的叔父穗高見命從天上降臨到奧穗高岳之巔。長久以來，穗高見命一直被視為當地及日本阿爾卑斯山脈的保護神，人們在奧穗高岳上修建了一座供奉祂的神社。而位於奧穗高岳下的明神池，純淨而又與世隔絕，同樣被人們尊為聖地。

每年 10 月 8 日，池上會舉辦明神池御船祭。神官（神職人員）和巫女們（侍奉神靈的未婚女性）穿著豔麗的平安時代（794-1185）的服飾，分立於兩艘祭船上。兩船船首一為龍頭，一為鷁首（鷁音「意」，中國古書上的一種水鳥，常繪於船首）。在龍笛等傳統樂器吹奏的日本雅樂※伴奏下，祭船莊嚴地繞池而行，隨後還會在神社中舉行儀式，祭祀那些在山區喪生的亡靈。

明神池的源頭是地下水，非常通透，水中游魚清晰可見。祭船停泊在池塘環線邊上的一個小碼頭，遊客也可以在那裡觀賞。

※日本雅樂：自古以來由宮廷培育的正統音樂，被指定為國家重要非物質文化財產，其源頭主要是來自中國的「唐樂」和朝鮮半島的「高麗樂」，流傳至今已有 1200 多年歷史。現在除了由宮內廳樂部演奏外，在各地的神社寺廟的祭祀活動中也有固定傳承，而且與日本民間藝術相結合，發展出了多種多樣的形式。