

おもてなしネットワークガイドブック (中国語版)

東御おもてなしネットワーク

目次

欢迎光临海野宿.....	3
建筑物的特点.....	4
白鳥神社	4
海野宿ふれあい祭	5
海野宿历史民俗资料馆.....	5
うんのわ	5
【特产品】	5
春原邸.....	6
旧 和 学校校舍（县有形文化财）	6
力士雷電的老家.....	7
木造百体观音像（木造文化财）	7
东町歌舞伎舞台（县有形民俗文化财）	8
长命寺	8
お姫様尊的巨石（市有形民俗文化财）	9

湯之丸高原（上信越高原国立公園）	9
中央公園.....	10
アグリビレッジ 湯楽里館	10
東御市の葡萄酒和啤酒.....	11
巨峰の王国祭典.....	11
刀匠 宮入法廣	12
芸術村公園	13
欢迎光临海野宿.....	14
建築物の特徴.....	15
白鳥神社.....	16
海野宿ふれあい祭り	16
海野宿歴史民俗資料館.....	16
うんのわ.....	16
【特産品】	17
春原邸.....	17
旧 和 学校校舎（県有形文化財）	18
力士雷電の生家.....	18
木造百体観音像（木造文化財）	19
東町歌舞伎舞台（県有形民俗文化財）	19
長命寺	20

お姫様尊の巨石（市有形民俗文化財）	20
湯の丸高原（上信越高原国立公園）	21
中央公園	21
アグリビレッジ 湯楽里館	22
東御市のワインとビール	22
巨峰の王国祭り.....	23
刀匠 宮入法廣	23
芸術村公園	24

欢迎光临海野宿

重要传统的建筑物群保存地区

海野宿建于 1625 年（江户时代）(注 1) 为了北国街道的宿驿修建了。北国街道是日本海地方和东京（当时叫做江户）联结起来的街道，参拜善光寺的游客往来，物资的运送。大名行列 (注 2)，参勤交代 (注 3) 等重要途径。

延长有 650 米，街道的中央有用水路，两侧有北宅邸，南宅邸，房屋鳞次栉比。为了参勤交代要员和各种各样游客的住宿设施，所以屋子宽阔建造的。后来使用养蚕业。海野宿作为宿驿发展，18 世纪中期有 59 所的宅邸，23 所的旅馆(旅笼屋)。

来到明治时代 (注 4) 日本的现代化开始了，时代的变化瞬息万变，1888 年しなの铁路开通，宿驿海野宿失去了宿驿的机能。

到了明治，海野宿的人宿驿时代的宽阔屋子改造使用开始了养蚕，养蚕业。附近有千曲川，沙土地栽培蚕桑最合适地方。真实呈现出盛况。特别是，海野宿的质量良好蚕种，不但日本蚕丝业而且海外也评价高。这样宿驿海野宿变成了养蚕的村。养蚕最盛季的明治，大正时代 (注 5) 建造的养蚕造建筑物和江户时代的旅馆(旅笼屋)造建筑物，两种不同时代的不同建筑物风格，保留古色古香的风味。

(注1) 德川家康建立的中央集权封建政权时代。1603 年～1868 年 叫做德川幕府。

(注2) 江户时代的诸侯携仪仗出行的队列。

(注3) 江户时代，大名（诸侯）每隔一年必须去江户而且一定要住在自己的江户宅邸。参勤交代是德川幕府的政策。目的是通过让各大名携仪仗去江户花了很多旅费，资金。

(注4) 1868 年～1911 年

(注5) 1912 年～1926 年

建筑物的特点

出桁造：江户时代的旅馆（旅笼屋）造的特点。二楼比一楼突出 1 米。为了二楼屋子一点宽阔建造的。而且下雨时屋檐机能，因为当时游客从街道走进旅馆来。在建筑物突出的梁上雕刻着美丽的花纹。

卯建：作为防火墙的机能而制造的。养蚕时烧炭保暖蚕房。房屋稠密的地区容易发生火灾，必须小心火灾。为了防止邻舍的延烧而建造的。只有富裕的家庭才可能建造的。卯建可以说是象征着富。

气拨：养蚕时保温很重要，在蚕房内烧火，所以在大屋檐上安装被称为小屋根的通风设备。因此蚕房内空气流动的很好。小屋根用绳子从下面拉，打开关闭。

海野格子：一楼的大部分格子户是明治以后修的。二楼格子是出格子样式，长短各 2 根互相组合，海野宿特有的花纹形成美丽的景观。这些江户时代修了，叫做海野格子。

白鸟神社

白鸟神社修建的时期不明，现存的社殿建于 1791 年大约 230 年前修建了。白鸟神社供奉着豪族海野氏的产土神。*(注 6)* 长久被居民崇敬。

在这里神社参拜祈祷，胜利，良缘，长寿，交通安全等如愿的。从古代日本人有“自然崇拜”的信仰，大树和石头，森林和山是信仰的对象，日本人相信发现自然现象是神有关的。所以神社境内有榉树，杉树等大树很多。形成了美观的镇守的森林。神树榉是树高 30 米，周围 5.8 米，树龄超过 700 年。

海野宿ふれあい祭（海野宿交流庙会）：秋季 11 月 23 日白鸟神社的例祭时，举行时代行列（注 7）白鸟神社境内举行“浦安の舞”（跳舞），出售胡桃おはぎ（胡桃糯米饭团），あずきぼうとう（红豆面）等。

（注6） 守护神，保护神

（注7） 化装游行。可感受跨越时空的气氛。

海野宿历史民俗资料馆

旅笼屋造的古民家修复，历史民俗资料馆修建了。展示公开当时的生活用品，工具，养蚕有关的资料。有时候也能参观养蚕。

うんのわ

海野宿的古民家修复，营业咖啡馆，餐厅，投宿设施。可以在用地内参观。

开放时间/上午 9：00～下午 9：00

闭馆日/星期二

电话/ 0268-75-5331

【特产品】

胡桃：东御市是日本的胡桃最大产地，可以说是东御市的特产品。是各种点心不可缺的食材。

巨峰：巨峰是葡萄的种类，由于日夜的寒暖差，使葡萄的糖分高。

苹果：苹果是代表东御市的水果之一。特点是颜色，甜度，果肉都是绝品的苹果。

春原邸

这个建筑物是大约 350 年前建造了。建筑物是木制的，屋顶是茅葺，当时是豪农拥有的宅邸。

当时栽培稻米是农民的重要工作。马对农民来说珍贵的劳动力。所以住宅里有马厩，像这样农民珍惜了。

各房间之间有序列，离入口最远的房间是家长的，地位低的人在马厩旁边。根据封建制度的规矩身份的上下关系严格的。

宅邸内有被称为“土间”，房间里没有铺地板，也有露出地面的地方。天气不好的时候在这里工作了。

这建筑物被指定国家的重要文化财。从以前开始，居民就保护了古老的文化，所以现在也保存着。

旧 和 学校校舍（县有形文化财）

这个建筑物是大约 120 年前建造了，在长野县最悠久的小学校之一。和地区的人对教育特别热心，教育精神曾经闻名于全国。

这个校舍建造的时候，日本的教育制度现代化开始了。边保护传统的精神边吸收了西洋文化。

建筑物也采用了日本和西洋的建筑样式。特别是屋顶和瓦等技巧的结构。

现在，这个校舍作为乡土资料馆被使用。展示当时的生活用具，耕用具，教育资料。就可以理解这个学校的历史价值。

力士雷电的老家

我们的英雄雷电是历史上最强的力士。雷电为卫门是 1767 年出生的。他在 23 岁的时候以“雷电”的称号首次相扑界登舞台。天下无敌的力士，立刻晋升为“大关”的地位。作为人气力士活跃 16 年之间的胜率超过 100 分之 96。到现在为止没有超过他的记录的力士。

传说雷电的身长是有 2 米，体重是 170kg。当时日本人没有那样体格的人。毫不费力抬起了他的母亲泡澡的浴缸和堵塞道路的岩石。可以说是相当拥有怪力的人。

这个住宅是模仿年轻时被照顾的老师的住宅建造的。一楼是天气不好时也办得到练习，所以土俵在室内安装。二楼有观战座位。传说当时当地相扑爱好者是二楼聚集在一起享受他的练习。

住宅门口附近有超过 100kg 的大石头。传说雷电小时候用锄头的边缘挂上石头。那样举起来练习了。

木造百体观音像（木造文化财）

这里祭祀的观音像是大约 200 年前制造的。这些观音像体现了佛教教义的慈悲，根据传说，他们变成了 30 种类形态救济了人而引人信仰了。

本来，这些佛像是坂东有 33 座，秩父有 34 座，西国有 33 座，人走着去巡礼了。因此制造 100 座同一佛像一个地方网罗，想去巡礼的时候只要去那里就容易办得到巡礼。这里是那样的场所。

对于各地巡礼的旅游是对人一生一次的乐趣。或许百体观音是为了旅游办不到的人制造了。

东町歌舞伎舞台（县有形民俗文化财）

东町歌舞伎舞台是曾经当地居民的娱乐中心地。根据从前的记录，完成西町舞台建设一年后建于 1817 年。以后日本的传统民间艺术歌舞伎被认为是在这里上演了。

这舞台是有直径 5.4m 的旋转舞台。观赏座位是建了楼梯样式。农村歌舞伎的历史上，可以说是宝贵的设备。

现在也当地保存会上演歌舞伎。当地小学生也通过民间故事和传说执行对于舞台保存重要任务。

（注）江户时代，歌舞伎是老百姓的乐趣之一。但是，随着时代的变化歌舞伎变成了上流阶级的乐趣。现在，认为歌舞伎是最受欢迎的传统艺能之一。

长命寺

长命寺是在东御市代表性的寺院之一。日本有很多寺院和神社。寺院是佛教，神社是神道的宗教设施。

寺院原来就扎根于各地，也是各家庭供奉祖先的地方。各地区有一座或者一座以上的寺院，每年一次很多人参拜寺院。

现在，日本有 13 宗的佛教宗派，长命寺是真言宗的寺院。真言宗在 806 年由空海创始，之后在全国各地传教了。

お姫様尊の巨石（市有形民俗文化財）

这个巨石有高度 6m，宽度大约 16m，深度大约 15m。鸟帽子岳是熔岩凝固发生了。这个巨石与拜殿相接面上刻有如来像。两像之间有雕刻了“南无妙法莲华经“及”了照院殿月秀日晋大姉”的文字。但是，和拜殿建筑的缝隙窄，所以看不清楚。

“了照院”是祢津领主夫人的戒名（注 1）。生前夫人为病所苦。因此她在巨石面前祈祷。于是她的病恢复了。其后，她在巨石旁边结上庵，她尽力为病苦女性的救济。了照院 1685 年去世了。以后这个巨石叫做“お姫さま（お姫尊）”，思慕她遗德的很多人每年都有前来参拜。

（注1） 为了表示已成为佛门弟子。出家人受戒时或佛教信徒死后给予的。

汤之丸高原（上信越高原国立公园）

汤之丸高原是高山植物的宝库。从 6 月下旬到 7 月下旬 60 万棵“杜鹃花（映山红）一齐盛开满地。

从地藏顶峰（注 1）到池之平湿原有 4 公里徒步旅行道路。从 7 月到 8 月看到很多花。池之平湿原有 1000 种类左右的高山植物丰富极了。“アヤメ“和”コマクサ”的群生地。高原也有很多野鸟，要是运气好可以看到“狗鹫”。（注 2）

从 6 月到 10 月是爬山和野营的季节。汤之丸山，东麓之登山的顶山可以看到富士山。容易爬山的路线，需要半天的时间。

汤之丸滑雪场是离东京最近的粉雪滑雪场。从 12 月到 3 月许多人追求优质的粉雪而来。在这里也可以滑滑雪板。

（注 1）「地藏峠」地名“峠”是“顶峰”的意思。

（注 2）「狗鹫」鹰的种类。

中央公园

东御中央公园是东御市民和周围的市町村人最受欢迎公园。公园当中管理很好的公园之一。

占地有 18.3 公顷，也有小孩子用的许多遊具，广阔的占地。有 20 个可以观赏野外美术的前卫雕刻。

晴天，父母带着小孩子出去草坪广场，非常热闹。阳光照射下的东御市叫做“阳光露台町”。草坪广场是合适这个称呼的地方。每年 9 月，市民的乐趣收获祭“巨峰的王国祭”在这里举办的。

除了这些以外还有，草药园，石庭，网球场，木槌高尔夫球场，跑步用的人行道，体育馆，弓道场，武道馆。附近有高速公路出入口，交通非常方便。

アグリビレッジ 汤乐里馆

日本人特别喜欢温泉。温泉设施“汤乐里馆”于 1994 年 11 月开馆。在长野县受欢迎温泉之一。这家的特点有两个。第一是 40 平方米的宽大浴池。第二是露天浴池，从露天浴池眺望连山和葡萄田地挺不错。被选为长野县的眺望第一位。这家温泉水有各种功能。

这里有休息宴会可有日式房间，也可以舒服度过的单间和大展望室。二楼有“葡萄酒和啤酒博物馆”。

“アグリビレッジ”是农业和农村连接起来制作的造语。可以说是当地新鲜的农产品出售场所。

东御市的葡萄酒和啤酒

东御市的特色是降水量少，日照时间比较长，土壤的排水良好，而且通风很好的地形。这些是栽培葡萄的适合条件。在东御市栽培巨峰和葡萄酒用的各种类葡萄。

现在，东御市有 12 家，具有各样个性的酿酒场。近年在日本葡萄酒比赛获奖了。而且在国际交流的场所提供了葡萄酒，获得了高评价。温泉设施“汤乐里馆”二楼有“葡萄酒 & 啤酒博物馆”。在那里举办研讨会和愉快的纪念活动。而且可以品尝葡萄酒和“おらほ啤酒”。“おらほ”是这个地方的方言，意思是“我们的”。从“鸟帽子岳”脚下飞流而下干净的水和小心选择的酵母，这些会产生酒的味道和香味。

金色放光的 Golden Ale，醇厚味的 Kersch，飘着水果香的 Amber ale，啤酒花香味丰盛的 Pale ale，在这里可以品尝季节性 4 类的酒味。在国际葡萄酒峰会和日本杯获得了金奖。

巨峰的王国祭典

葡萄是东御市的特产品。每年秋天收获“巨峰”(葡萄的种类)的季节举行“巨峰的王国祭典”。东御市民，周围市町村和长野县以外的人聚集在一起非常热闹。

每年 9 月下旬星期六和星期天举行。可是这个时期是台风季节，所以经常下雨。

这个祭典直接销售“巨峰”和各种各样的农产品，出售丰富的物产。卡拉 OK 大会

歌谣上演，舞蹈，鼓演奏等举办。以这些为乐许多人来访。

刀匠 宫入法广

Tel 0268-62-7701

Fax 0268-62-7702

<http://www.tomikan.jp>

宫入法广 1954 年出生于长野县坂城町。1996 年在北御牧八重原设立了锻刀道场。

宫入法广是日本代表性的刀匠之一。曾经他的作品也被用于伊势神宫的仪式和大相扑土俵入的太刀。

经过几个世纪，刀是象征着武士的荣誉和权威，所以日本刀是叫做“武士的灵魂”。

明治维新开始，继续 1000 年的武士时代结束了，武士失去了他们的地位。根据废刀令的规定禁止携带刀。现在根据“枪刀法”的规定持有日本刀需要许可。

日本刀作为美术工艺品评价高，现在日本有 350 个人的刀匠。现在宫入法广是刀匠界最受瞩目的人物。2010 年他获奖了刀匠界上最荣誉的“正宗赏”。

宫入刀匠说“日本刀美的价值是本来地金的鉴赏和产生刀的完美刀纹，而且刀的体形状美。海外的刀剑的特点是刀身上的雕刻和装饰高级宝石。所以和日本美的价值观不一样。认为铁本来的美其中有艺术性”。

锻练场在东御市八重原。可能参观，但是要事先预订。请给观光协会联络一下。

艺术村公园

艺术村公园在明神池周围的一带，公园内有散步路，木槌高尔夫球场，野外烤肉场，野营场，冒险广场，梅野纪念绘画馆等。

从艺术村公园可以看到浅间山的雄姿，连接汤之丸山的山，四季应时的变化丰富极美的景观。

北御牧地区是从奈良时代（注 1）小茶壶文化有关的地方。“登窯”里设置了两个烧成室。

明神池周围有栏杆，叫做“結いの高欄道”。是北御牧出身的造形师保科丰巳先生的作品。

（注1） 从 710 年到 784 年里，奈良作为日本的首都逐步发展。
成为中央集权的律令国家。叫做平城京。

2021 年 11 月

Rev. 4. 0

翻訳者

寺嶋健一

校閲者

王 永眞

おもてなしネットワークガイドブック (日本語版)

東御おもてなしネットワーク

欢迎光临海野宿 重要传统的建筑物群保存地区

海野宿は1625年（江戸時代）*(注1)* 北国街道の宿場町として建てられた。北国街道は日本海地方と東京（当時は江戸と呼ぶ）を結ぶ街道として、善光寺参拝客の往来、物資の運搬、大名行列*(注2)* 参勤交代 *(注3)* のため重要なルートとなっていた。

延長約650m、街道の中央に用水路、両脇に北屋敷、南屋敷が軒を連ねている。参勤交代の要員や様々な旅人の宿泊施設で、そのため部屋は広く作られている。後に養蚕業に利用される。海野宿は宿場町として発展を遂げる。18世紀中期には58件の大きな住宅と23件の宿屋があった。

明治時代 *(注4)* に入り日本の近代化が始まった。時代の変化は急速に進み、1888年しなの鉄道が開通。海野宿は宿場としての役割を終えた。

明治に入り海野宿の人々は、宿場時代の広い部屋を改造利用して養蚕、養蚕業を始めた。近くには千曲川が流れ、砂地は蚕の餌である桑の生育に適した場所であり、実に活況を呈した。特に海野宿の良質の蚕種は、日本の製糸業からのみならず海外からも高い評価を受けた。このようにして海野宿は宿場町から養蚕の村へと移り変わった。この養蚕最盛期の明治、大正 *(注5)* の時代に建てられた養蚕造りの建物と、江戸時代の旅籠屋造りの二つの異なった時代と異なった様式の建物が古色蒼然とした郷土色ある趣を留めている。

- (注1) 徳川家康が建てた中央集権封建政権の時代。1603年～1868年、当時の政権を徳川幕府と呼んでいる。
- (注2) 江戸時代、大名（諸侯）が儀仗を率いて旅をする行列。
- (注3) 江戸時代、大名は隔年ごと江戸に上り自らの江戸屋敷に居住しなければならなかった。参勤交代は徳川幕府の政策であり、その目的は儀仗を伴っての旅をさせることを通じて、多くの旅費、資金をつかわせることにあった。
- (注4) 1868年～1911年
- (注5) 1912年～1926年

建築物の特徴

出桁造り：江戸時代の旅籠屋の特徴。二階が一階より1m突き出している。二階の部屋を広くするためと、併せて降雨時の庇の役割を持たせた。それは、当時の旅人が街道側から旅館に入ってくるからである。建物の中で突き出た梁に美しい紋様が刻まれた物がみられる。

卯建（うだつ）：防火壁の役割として造られた。養蚕時には炭を焚き蚕室を暖める。住宅の密集地では火災が発生しやすく火の用心が欠かせない。卯建は隣家への延焼を防ぐために造られた。裕福な家庭のみ造ることができたため、卯建は富の象徴と言われた。

気抜き：養蚕時には保温が重要で蚕室内で火を焚く、そのため小屋根と呼ばれる換気設備を設ける。大屋根上に設置する。それは蚕室内の空気を良好に流通させるためである。小屋根は下から紐で引いて開閉する。

海野格子：一階の大部分の格子戸は明治以降に造られた。二階の格子は出格子様式。長短二本ずつ交互に組み合わせられ、海野宿特有の紋様が美しい眺めをつくりだしている。これらは江戸時代に造られ海野格子と呼ばれている。

白鳥神社

白鳥神社の創建の時期は定かではない。現存の社殿は 1791 年、約 220 年前に建てられた。白鳥神社は豪族海野氏の産土神（注 6）として祀られている。長きにわたり地元民から崇敬されていた。

この神社にお参りすると、勝利、良縁、長寿、交通安全にご利益があるとされている。古代より日本人は「自然崇拝」の信仰があり、大木や石、森林や山は信仰の対象であり、日本人は自然現象の発生には神が関わっていると信じられていた。そのため神社の境内には櫟、杉などの大木が多く、美しい鎮守の杜を創り出している。神木の櫟の樹高は 30m、周囲は 5.8m あり樹齢は 700 年を超える。

海野宿ふれあい祭り：秋の 11 月 23 日白鳥神社の例祭に時代行列（注 7）が行われる。白鳥神社境内では「浦安の舞」が舞われ、胡桃おはぎ、小豆ぼうとうなどが売り出される。

（注 6） 守り神、守護神

（注 7） 仮装行列。タイムスリップしたような気分させられる。

海野宿歴史民俗資料館

旅籠屋造りの古民家を修復して資料館を建設。当時の生活用品、道具、養蚕に関する資料などが展示、公開。季節によっては養蚕を見学できることもある。

うんのわ

海野宿の古民家を修復、喫茶店、レストラン、宿泊施設を営業。敷地内の見学も可能。

開館時間／ 午前 9 時～午後 9 時

休館日／ 火曜日

電話／ 0268-75-5331

【特産品】

胡桃：東御市は日本の胡桃の最大産地、東御市の特産品という
ことができ

る。各種お菓子には欠かせない食材。

巨峰：巨峰はブドウの品種。昼夜の気温差は、ブドウの糖度を
高める。

りんご：りんごは東御市を代表する果物のひとつ。特徴は色、甘
さ、果肉ともに絶品。

春原邸

この建物は今から350年前に建てられました。建物は木造建
築で屋根は茅葺、当時の豪農の住宅でした。

そのころコメ作りが農民の重要な仕事でした。そのため農家にと
って馬は貴重な労働力でした。厩が家の中にあるのはそれだけ
農民が馬を大切にしていたからです。

家の各部屋にも格式がありました。玄関から最も遠い部屋が家
長の部屋で、身分の低い人たちの屋内は厩の隣にありました。封
建制度の習わしにより身分の上下は厳格でした。

家には「土間」と呼ばれる室内に床板が張られていない地面が
露出した部分があり、天気の悪い日にはここで仕事をしました。

この建物は国の重要文化財に指定されました。これまで村の
人々が昔の文化を大切に守ってきました。それにより今も保存さ
れています。

旧 和 学校校舎（県有形文化財）

この建物は約120年前に建てられた長野県で最も古い小学校のひとつです。和地区の人々は大変教育熱心で、その教育精神はかつて全国に知られていました。

この小学校が建てられたころ、日本の教育制度の近代化が始まりました。伝統的な日本の心を大切にしながら、西洋文化を取り入れました。

建物には日本と西洋の建築様式が取り入れられています。特に屋根や瓦などは凝った造りとなっています。

現在この校舎は郷土資料館として使用されています。当時の生活用品、農耕用具、教育資料が展示されています。この学校の歴史上の価値が伺えます。

力士雷電の生家

私たちのヒーロー雷電はおそらく史上最強の力士でしょう。雷電為衛門は、1767年に生まれました。23歳の時「雷電」の四股名で土俵に登場しました。天下無敵の力士ですぐに「大関」に昇進しました。人気力士として活躍した16年間の勝率は96%を超えました。以後この記録を更新した力士はいません。

伝えられるところでは雷電の身長は2m、体重は170kg、当時の日本人としては極めて稀な体格でした。母親が入浴している風呂おけ、道をふさぐ岩を軽々と持ち上げたり、かなりの怪力の持ち主であったことがうかがえます。

この家は雷電が若いころ世話になっていた師の間取りを模して建てられました。一階は天気が悪くても稽古ができるよう屋内に土俵が造られ、二階には観戦席が設けられています。当時の相撲ファンは二階の観覧席に集まり雷電の稽古を眺め楽しんだそうです。

家の入口近くに100kgを超える大きな石があります。雷電は幼いころから鍬の端に吊り下げ、それを持ち上げとレーニングしたと言われています。

木造百体観音像（木造文化財）

ここに祀られている観音像は約200年前に造られました。これらの観音像は仏教の教義である慈悲を体現しています。30種類の姿に変わり人々を救済すると言われ信仰を集めました。

本来、このような仏像は、坂東で33か所、秩父で34か所、西国で33か所あり、人々は歩いて巡礼しました。そこでこれらと同じ仏像を100体造り一か所に集め、巡礼したいときそこに行きさえすれば、容易に巡礼ができるようになりました。ここがその場所です。

当時、各地への巡礼の旅は、人々にとって一生に一度の楽しみであり、おそらく100体観音はそんな旅のできないひとたちのために造られたのでしょう。

東町歌舞伎舞台（県有形民俗文化財）

東町歌舞伎舞台は、かつて地元の住民にとって娯楽の中心でした。古い記録によると西町にある歌舞伎舞台が建設された一年後の1817年に建てられました。以後、日本の伝統芸能である歌舞伎がここで演じられたと、そのように考えられます。

この舞台は直径5.4mの回転する舞台です。見物席は階段状に造られています。農村歌舞伎の歴史上においても貴重な設備だと言えます。

現在もこの舞台で地元保存会により歌舞伎が上演されます。地元の小学生も地域に伝わる民話や伝説を通じ舞台の保存に重要な役割を果たしています。

（注）江戸時代歌舞伎は庶民にとって娯楽のひとつでした。しかし、時代の変化につれて上流階級の娯楽へと変わりました。現在も歌舞伎は最も人気のある伝統芸能のひとつとされています。

長命寺

長命寺は東御市の代表的なお寺のひとつです。日本では多くのお寺と神社があります。お寺は仏教、神社は神道の宗教施設です。

お寺は本来各地方に根差し、各家庭の先祖を祀るためのよりどころの場所です。各地域には一つまたは一つ以上のお寺があり、多くの人たちは一年に一度はお寺参りをします。

現在、日本には13の仏教宗派があり、長命寺は真言宗のお寺です。真言宗は806年空海により開かれ、やがて日本各地に広まりました。

お姫様尊の巨石（市有形民俗文化財）

この巨石は高さ6m、幅約16m、奥行き約15mの大きさがあります。烏帽子岳溶岩が固まったものです。この巨石が拝殿の建物に接した面には、如来像が線彫りされています。両像の間には「南無妙法蓮華経」および「了照院殿月秀日晋大姉」の文字が彫られています。しかし、拝殿と巨石の空間が狭いため像や文字をはっきり見ることはできません。

「了照院」とは祢津領主の奥方の戒名を表します。この奥方は生前病気に悩まされました。そこで巨石の前で祈ると病気が回復しました。

その後巨石の傍らに庵を結び、病気に苦しむ女性の救済に尽くしました。了照院は1685年亡くなりました。以後この巨石を「お姫さま（お姫尊）」と呼び、この遺徳を慕い多くの人々が毎年参拝しています。

湯の丸高原（上信越高原国立公園）

湯の丸高原は高山植物の宝庫です。6月下旬から7月下旬ごろ、60万株のレンゲツツジが一斉に咲き乱れます。

地蔵峠から池の平湿原までの4Kmは自然探索コースです。7月から8月は数多くの花々が見られます。池の平の高原植物はおおよそ1000種類と豊富です。「アヤメ」や「コマクサ」の群生地です。高原は野鳥も多く、運が良ければ「イヌワシ」に出会えるかもしれません。

6月から10月は登山やキャンプのシーズンです。湯の丸山、東麓の登山の頂上から富士山を見ることができます。登山しやすい半日のコースです。

湯の丸スキー場は東京から最も近いパウダースノーのスキー場です。12月から3月は良質なパウダースノーを求めて多くの人が訪れます。スノーボードも全面滑走可能です。

中央公園

東御中央公園は東御市民、周辺市町村の人々から最も人気のある公園です。公園の中でもよく管理された公園のひとつです。

敷地面積は18.3haあり、子供たちの各種遊具も多く、広大な敷地が広がっています。20体の前衛的彫刻も展示され野外美術も鑑賞できます。

芝生広場は晴れた日には親子ずれが訪れにぎわいます。陽光降り注ぐ東御市を「ひだまりの町」と呼びます。芝生広場はこの呼び方にふさわしい場所です。

毎年9月、市民が楽しみにしている収穫祭「巨峰の王国祭り」はここで開催されます。

これら以外に、ハーブ園、ロックガーデン、テニスコート、マレットゴルフ場、ジョギング用の歩道、体育館、弓道場、武道館があります。近くに高速道路のインターチェンジがあり交通の便利な場所です。

アグリビレッジ 湯楽里館

日本人は温泉を特に好みます。温泉施設「湯楽里館」は1994年11月にオープンしました。長野県では人気のある温泉の一つです。その特徴は二つあります。その第一は40㎡ある湯舟。第二は露天風呂です。露天風呂から眺める山なみとぶどう畑はとても素晴らしいものがあります。長野県内で眺望の第一位に選ばれました。その温泉水は各種の効能があります。

施設内には休息、宴会に使用可能な和室、ゆっくり過ごせる個室と展望室があります。二階には「ワイン&ビアーミュージアム」が有ります。

「アグリビレッジ」とは農業と農村をつなぎ合わせた造語です。当地で生産された農産物を販売する場所です。

東御市のワインとビール

東御市の特色は、年間降水量が少なく、日照時間が長く、土壌の水はけが良好でさらに風通しの良い地形、これらの条件がぶどう栽培に適しています。東御市では巨峰、ワイン用の各種ぶどうを栽培しています。

現在、東御市にはさまざまな個性的な12のワイナリーがあります。近年は日本のワインコンクールで受賞したり、国際交流の場にワインが供されたりと高い評価を受けています。温泉施設「湯楽館」2階には「ワイン&ビールミュージアム」があります。セミナーや楽しいイベントも開かれます。さらにワインと「おらほビール」を味わうことができます。「おらほ」はこの地方の方言で「私たちの、自分の」という意味です。

烏帽子岳のふもとから流れ落ちるきれいな水と慎重に選ばれた酵母が味わいと香りを造り出します。

金色に輝くゴールドエンジェル、まろやかな口当たりのケルッシュ、フルーティーな香り漂うアンバエル、豊かなホップの香りのペールエールの定番と季節物の4種類が味わえます。

インタナショナルワインサミットやジャパンカップでも金賞を受賞しました。

巨峰の王国祭り

ぶどうは東御市の特産品です。毎年秋「巨峰」（ぶどうの品種）の収穫時期に「巨峰の王国祭り」が開催されます。東御市民、近隣の市町村や長野県外の人々が集いにぎわいます。

この祭典は毎年9月下旬の土日で開催されます。しかし、この時期は台風シーズンのため、しばしば雨にみまわれることもあります。

「巨峰」や様々な農産品の直売、豊富な物産が販売されます。カラオケ大会、歌謡ショー、踊りや太鼓の演奏などが行われます。これらを楽しみに多くの人々が訪れます。

刀匠 宮入法廣

宮入法廣は1954年長野県坂城町に生まれ、1996年北御牧八重原に鍛刀道場を構えました。

宮入法廣は日本を代表する刀匠の一人です。彼の作品は、伊勢神宮の儀式や大相撲の土俵入りの太刀にも使われました。

何世紀にわたり刀は武士の名誉と権威の象徴であり、日本刀は「武士の魂」と呼ばれました。

明治維新により1000年続いた武士の時代は終わりその地位を失いました。廃刀令により刀の所持は禁じられました。現在「銃刀法」により日本刀の所持には許可が必要です。

日本刀は美術工芸品としての評価が高く、現在、日本で350人の刀匠がいます。宮入法廣は現在最も注目される刀匠の一人です。彼は2010年、日本刀造りで最も名誉ある「正宗賞」を受賞しました。

宮入刀匠は次のように述べています。

「日本刀の美的価値とは地金そのものの味わいと、刀身に現れる刀紋、そして刀全体の形の美しさにあります。海外の刀剣の場合は、刀身に彫刻や高価な宝石を施し、そこに価値を求めますが、日本の美的価値観は異なりなす。鉄そのものの美しさに芸術性を認めるのです」

東御市八重原に鍛練場があり見学ができます。予約が必要です。下記観光協会にお問い合わせください

Tel 0268-62-7701
Fax 0268-62-7702
<http://www.tomikan.jp>

芸術村公園

芸術村公園は明神池を囲む一帯にあり、公園内に散策路、マレットゴルフ場、バーベキューハウス、キャンプ場、冒険広場、梅野記念絵画館などがあります。

芸術村公園から浅間山の雄姿、湯の丸山に連なる連山、四季折々の変化に富み、
美を極めた景観を眺められます。

北御牧地区は奈良時代（注 1）から急須器文化のゆかりの地であり、二つの焼成室を持つ「登り窯」が設置されています。

明神池を囲み欄干があり「結いの高欄道」と呼ばれています。北御牧出身の造形家保科豊巳氏の作品です。

（注1） 710 年から 784 年。奈良は日本の首都として発展、中央集権の律令国家が成立した。平城京と呼ばれた。