

別所温泉



SHINSHU UEDA
BESSHO
ONSEN



現世ご利益祈願

北向観音堂

はるか昔、近頃の名利・常楽寺の境内に金色の光明が現れてお堂の建立を告げたという伝承が残る。ご本尊の千手観音はあらゆる衆生を救う慈悲の仏様。



参詣時間：午前7時～午後4時

現当二世ご利益祈願

善光寺

創建千四百年の歴史をもつ無宗派のお寺。全国から参拝者を集め、門前町は北国街道の宿場町としても栄えた。前回の御開帳では、2カ月間に約700万人の観光客が訪れた。



善光寺御開帳日程：令和4年4月3日(日)～6月29日(水)

癒しの湯 御札

別所温泉の外湯や旅館には、お湯の神様に感謝を込めてお札が飾られている。北向観音堂境内の御札場では、家庭のお風呂などに飾れる祈祷済みのお札を頒布している。
[九寸サイズ 2,000円/
四寸五分サイズ 1,000円]



北向観音堂縁起

癒しの湯と結びついた観音信仰

別所温泉のシンボルの一つ「北向観音堂」。すぐ近くに源泉があり、境内にも温泉の香りが漂う。ご本尊は衆生の悩み・苦しみを救済するとされる千手観音。古の時代、人々はこの地の温泉に体を癒す不思議な力を感じ、仏教伝来以後は観音信仰と結びついて信仰を集めてきたと考えられている。現代でも厄除けや健康長寿といった現世利益を願って全国から参拝者が訪れる。

また、北向観音と現当二世(この世とあの世)の利益を願う長野市の善光寺を合わせて参拝する風習も広く信じられている。

七年に一度の盛儀

善光寺御開帳

現世の平穏と来世の往生を願う長野市の善光寺。創建は皇極天皇3年(飛鳥時代)とされる。日本に伝来した仏教が諸宗派に分かれる以前の寺院であることから、宗派の別なく宿願できる霊場と位置づけられている。

記録に残る限りでは、善光寺の御開帳は享保15年(江戸時代)に常念仏二万日を記念して開いたのが始まりといわれている。今日のように7年ごと約50日間となったのは明治15年から。本堂の琉璃壇に安置されている御本尊「光三尊阿弥陀如来(善光寺如来)」は絶対秘仏のため、その分身としてつくられた「前立本尊(鎌倉時代に造られた重要文化財)」を7年に一度、この御開帳で公開する。令和4年の御開帳はコロナ感染症拡大防止のため、88日間に会期を延長して開催される。

回向柱

回向柱(えこうばしら)は卒塔婆(そとぼ)の一種で、御開帳期間中に本堂前に立てられる高さ約10mの柱のこと。前立本尊の御手と「善の綱」によって結ばれるため、前立本尊に触ると同じ御利益があるとされている。(写真提供：善光寺)

回向柱(えこうばしら) 善光寺 前立本尊の御手と「善の綱」によって結ばれるため、前立本尊に触ると同じ御利益があるとされている。(写真提供：善光寺)

効能豊かな湯に

浸かる



信州最古 神様のいやしの湯

開湯から千年余り、信州最古の温泉地と言われる別所温泉。北向観音堂のある常楽寺、国宝八角三重塔を有する安楽寺など、周辺には鎌倉・室町時代に建立された寺社仏閣が多いことから「信州の鎌倉」とも呼ばれる。北向観音堂の下から湧き出る温泉は「利益のある良質のお湯」として、今日まで地元の人をはじめ、多くの観光客に愛されている。疲れた心身をたっぶりのお湯に浸せば、観音様のご利益に包まれるよう。



日帰り温泉
あいそめの湯

別所温泉駅から徒歩2分の露天風呂や岩盤浴、食事も楽しめる日帰り温泉。

共同浴場 大湯

木曾義仲や北条義政をはじめ、歴史上の人物も癒してきた湯。露天風呂がある。

共同浴場 大師湯

北向観音堂を間いと伝わる円仁慈覚大師が好んだことから「大師湯」と名がついた。

共同浴場 石湯

大きな石積み湯船が野趣あふれる共同浴場。硫黄の香りも熱めの湯を堪能できる。

太陽と龍神の 食べる

恵みを



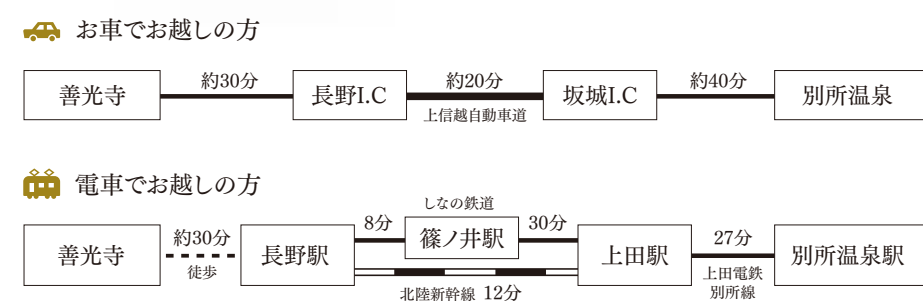
全国屈指の晴天率を誇る塩田町。蕎麦、山菜や松茸、塩田米、野菜や果物など豊かな大地の恵みを「ご賞味ください」。高品質なワインや地酒も豊富です。



湯上がりのカフェめぐり
温泉街にはお土産店や当地グルメを売りたい飲食店、ギョウリなどに加え、こだわりのスイーツを売っているお店も多い。どのお店も徒歩で行けるので、お寺や外湯と一緒に散策を楽しんで。



善光寺から 北向観音への アクセス



別所温泉直行バス		善光寺直行バス	
JR長野駅東口	別所温泉駅	別所温泉駅	善光寺
ユメリアバスパーク		姨捨棚田と長福寺	
13:40出発	15:00頃到着	10:00出発	12:30頃到着
お一人様 4,000円(税込)		お一人様 4,500円(税込)	

両参り直行バス
お問い合わせ・お申し込みはこちら
[信州観光バス]
TEL.0268-39-7080

憩う

龍神も心安める
湯宿に

歴史ある湯宿が立ち並ぶ別所温泉。いずれも効能豊かで風趣あふれる温泉。信州の四季の恵みを揃えたお食事として心を尽くしたおもてなしで癒しのひと時をご提供します。

旅宿 上松や

2020年3月
リニューアルオープン！

旅館 晴山

保温効果は日本屈指
自慢の泉質



個人料金 (2名1室/～人)
11,000円～(税込)

#温泉・露天風呂が自慢
#ファミリア向き
#全館貸切可能

客室数/3 定員/10
TEL/0268-38-2826
HP/nanakusanoyu.net

玉屋旅館

個室食事処で信州の旬を御堪能
おもてなしの美食宿



個人料金 (2名1室/～人)
23,100円～(税込)

#客室タイプが充実
#ハイクラス
#会席料理が自慢

客室数/18 定員/79
TEL/0268-38-2305
HP/tamaya-ryokan.jp

民家風旅館 チロル亭

源泉かけ流し貸切り風呂の宿



個人料金 (2名1室/～人)
8,800円～(税込)

#アットホーム

客室数/5 定員/10
TEL/0268-38-2539

旅館 つるや

飾らず、気とらず、気さくな
静かで落ち着ける宿



個人料金 (2名1室/～人)
11,000円～(税込)

#アットホーム
#会席料理が自慢
#リーズナブル

客室数/12 定員/50
TEL/0268-38-3008
HP/ryokan-tsuruya.com

旅館 中松屋

創業享保時代の老舗
純和風日本の宿



個人料金 (2名1室/～人)
16,500円～(税込)

#景色が自慢
#純和風の宿
#ファミリア向き

客室数/23 定員/100
TEL/0268-38-3123
HP/nakamatuya.com

斎藤旅館

一人旅と素泊まり歓迎の宿



個人料金 (2名1室/～人)
11,000円～(税込)

#全館貸切可能
#温泉・露天風呂が自慢
#純和風の宿

客室数/9 定員/30
TEL/0268-38-2139
HP/saito-ryokan.com

七草の湯

2020年7月
リニューアルオープン！



個人料金 (2名1室/～人)
22,000円～(税込)

#景色が自慢
#ファミリア向き
#純和風の宿

客室数/16 定員/70
TEL/0268-38-2323
HP/nanakusanoyu.net

南條旅館

ロビー&食事処を
2019年4月リニューアル！



個人料金 (2名1室/～人)
13,200円～(税込)

#アットホーム
#景色が自慢
#会席料理が自慢

客室数/20 定員/100
TEL/0268-38-2800
HP/nanjioryokan.com

旅館 花屋

磨かれた百年。
大正浪漫薫る宿



個人料金 (2名1室/～人)
19,800円～(税込)

#ハイクラス
#純和風の宿

客室数/36 定員/110
TEL/0268-38-3131
HP/hanaya.ne.jp

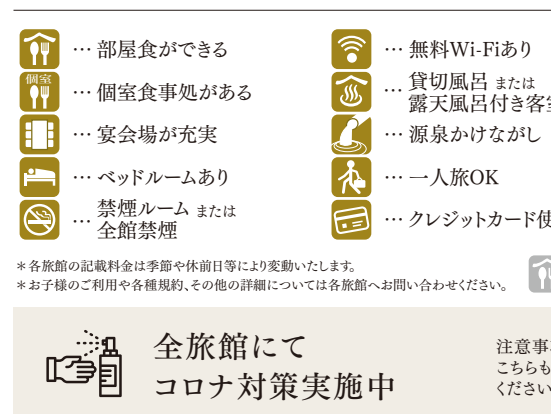
別邸 緑屋

2022年12月ランドオープン！



HP/midoriya-ryokan.jp

旅館の アイコンの 見方



…部屋ができる
…個室食事処がある
…宴会場が充実
…ベッドルームあり
…禁煙ルームまたは全館禁煙

…無料Wi-Fiあり
…貸切風呂または露天風呂付き客室あり
…源泉かけながし
…一人旅OK
…クレジットカード使用可能

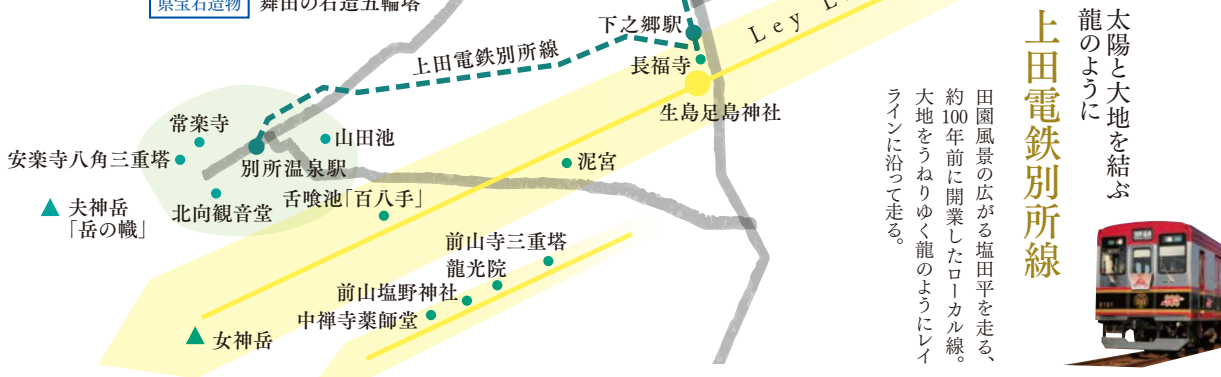
全旅館にて
コロナ対策実施中

注意事項はこちらをご覧ください

令和2年6月19日、
レイルインがつなが「太陽と大地の聖地」
～龍と生きるまち信州上田・塩田平～が
日本遺産の認定を受けました。

「日本遺産」とは

地域の歴史的な魅力や特色を通じて日本の文化・
伝統を語るストーリーを文化庁が「日本遺産
(Japan Heritage)」として認定したもの。全国各地
に104の「日本遺産」ストーリーがあります。



龍神と神仏の息づく里を

巡る



**太陽と大地を結ぶ
龍のように
上田電鉄別所線**

田園風景の広がる塩田平を走る、
約100年前に開業したローカル線。
大地をうねりゆく龍のようにレイ
ラインに沿って走る。



地の利を生かした
不落の城

上田城跡公園

国重要文化財 県宝

戦国武将・真田昌幸が築き、
巧みな戦術で徳川軍の攻撃を
二度も防いだ城。現在は江戸
時代建築の櫓や復元された城
門、川沿いの地形を活かした
城構えを見ることが出来る。

レイラインの要、
大地がご神体の社

生島足島神社

国重要文化財 県宝建造物

本殿の奥に秘された大地をご神
体とし、生きとし生けるものに
生命力と満足を与える生島大
神・足島大神を祭神とする
全国的にも珍しい神社。夏至の
太陽は東の鳥居の中央から昇り、
冬至には西の鳥居の中央へ沈む。
まさに太陽と大地を結ぶ要だ。

大日如来が結ぶ
太陽のライン

信濃国分寺

国重要文化財 県宝

塩田平レイラインの起点となる
古刹。境内に立つ室町様式の
三重塔(重要文化財)は源頼朝
が再建を命じたという。太陽
を象徴する大日如来が安置さ
れている。



大日如来が本尊の古刹

前山寺三重塔

国重要文化財 県宝彫刻

寺の縁起には弘法大師空海が
開いたと伝わる。室町初期の
建築とみられる三重塔は、勾
欄(こうらん)が未完成ながら
調和の取れた姿が、未完成の完
成塔と賞賛される。

中部日本最古の
木造建築

中禅寺薬師堂

国重要文化財 県宝彫刻

丸みのある茅葺屋根が素朴な
佇まいのお堂は、約800年前、
塩田平に仏教文化が根付いた
時期の建造と推定される。本
尊の薬師如来像、仁王門の金
剛力士像も必見。

戦没画学生の遺作と
静かに対話する

無言館

戦没画学生慰霊美術館

前山寺から徒歩約10分の小高
い丘にある私設美術館。日中
戦争・太平洋戦争に動員され
て命を落とした画学生の作品
を数多く収集・展示している。



別所温泉旅館組合

TEL0268-38-2020

〒386-1431 長野県上田市別所温泉1853-3

別所温泉の各旅館や最新情報は、ホームページをご覧ください。

別所温泉旅館組合