白山（はくさん）（標高 2,702m）

【宿泊お問い合せ】 白山室堂予約センター ☎076-273-1001

古くから「しらやま」「越のしらね」として数々の詩歌にも読まれ、富士山・立山と並んで日本三霊山のひとつにも数えられる美しい山。万年雪が残る山頂部や可憐な高山植物、広大なブナの原生林、様々な野生生物、数多く噴出する温泉群など多彩な魅力を持ち、多くの登山ファンを惹きつけています。登山口は福井・石川・岐阜の各県にあり、いくつもの登山コースが整備されています。

■おすすめコース 【約13.6km 所要時間2日間 合計9時間55分】

第1日 ❶別当出合 —150分（3.3km）登り→ ❷甚之助避難小屋 —25分（0.6km）→ ❸南竜分岐 —45分（0.9km）→ ❹黒ボコ岩 —40分（0.8km）→ ❺室堂【宿泊】

第2日 ❺室堂 —40分（0.9km）→ ❻御前峰【山頂】 —20分（1.0km）→ ❼翠ヶ池 —10分→ 千蛇ヶ池 —40分（1.4km）←下り ❽殿ヶ池避難小屋◀蛇塚◀室堂 —75分→ ❾仙人窟 —45分→ 別当坂分岐 —45分→ 別当出合 —60分（❿観光新道（越前禅定道）4.7km）

❶ 別当出合（べっとうであい）

START

白山登山の出発口。駐車場、休憩舎、水場、トイレ、売店（夏のみ）があります。

❿ 観光新道（越前禅定道）

❾ 仙人窟

大きな岩が重なりあった自然の窟（いわや）で、岩が重なりあった中を禅定道が通っています。

❷ 甚之助避難小屋

水場とトイレがあります。

殿ヶ池避難小屋

❽ 蛇塚（じゃづか）

泰澄が白山で悪さをしていた3千匹の大蛇のうち、特に凶悪な大蛇千匹を斬って埋めたところと言われています。

▲ 大汝峰から見る御前峰と剣ヶ峰

❻ 御前峰（ごぜんがみね）（山頂）

白山の最高峰で白山比咩（しらやまひめ）神社の奥宮が祀られています。

❸ 南竜分岐

他ルートへ

ここで合流します。

❹ 黒ボコ岩

山頂まで1500m

弥陀ヶ原から見る御前峰▶

❼ 翠ヶ池（みどりがいけ）

この池から九頭龍王が現れ、修行をしていた泰澄が「本当の姿を見せてほしい」と祈ると十一面観音が姿を見せたとされています。十一面観音は御前峰の本地仏（ほんじぶつ）。

▲ 高天原から見る越前の山々

池めぐりコース

千蛇ヶ池

❺ 室堂

ここで一泊

◀ 室堂から見る夕景

白山室堂の宿泊は予約制。
申込み先は白山室堂予約センター。
（TEL076-273-1001）

越知山（おちさん）（標高 612.8m）

【お問い合せ】越前町商工観光課（周辺観光関連） ☎0778-34-8720

泰澄が悟りを得た山として知られ、日本100霊峰にも選ばれています。ブナやナラの木立に囲まれた登山道は春には新緑、秋は紅葉が美しく、森林浴を楽しみながら登ることができるのも魅力。山頂付近には越知神社のご神木であるトチノキがそびえ立ち、荘厳な雰囲気を漂わせています。山頂近くにある展望台からは遠く敦賀湾まで望むことができ、開放的な大パノラマも楽しめます。

■おすすめコース 【約10km/約4時間35分】

❶登山口 —90分（2.8km）登り→ ❹独鈷水 —55分（1.7km）→ ❺越知神社 —5分→ ❻大師堂 —5分（0.5km）→ 山頂 奥の院 —120分 ←下り 登山口

❶ 登山口

START

小川の集会場に登山口があります。登山口には登山者のための杖が準備されています。

❷ 古道（こどう）コースへのはしご

スタートするとすぐ、古道コースと林道コースに分かれます。
古道コースは急な登りが続きます。

山頂まで2000m

美しいブナ林の中を歩いていく

❹ 独鈷水（とっこすい）

泰澄が修行中、護身用に持っていた「独鈷」で岩を衝くと、神通力により岩から水が湧き出たと伝えられています。

独鈷とは
仏具の一種。金属製の、両端がとがった短い棒。

一休みしてもうひと頑張り

❸ 休憩所

独鈷水まではもうすぐ！

❺ 越知神社（おちじんじゃ）

越知神社は泰澄が仏像を造り、山頂に社堂を建立して、越知山三所大権現と称して祀ったのがその始まりと言われています。

❻ 大師堂（たいしどう）

泰澄の栄誉を称えて造られた像（座像）が納められています。

▲山頂から望む白山連峰

❼ 臥行者（ふせりのぎょうじゃ）の旧跡

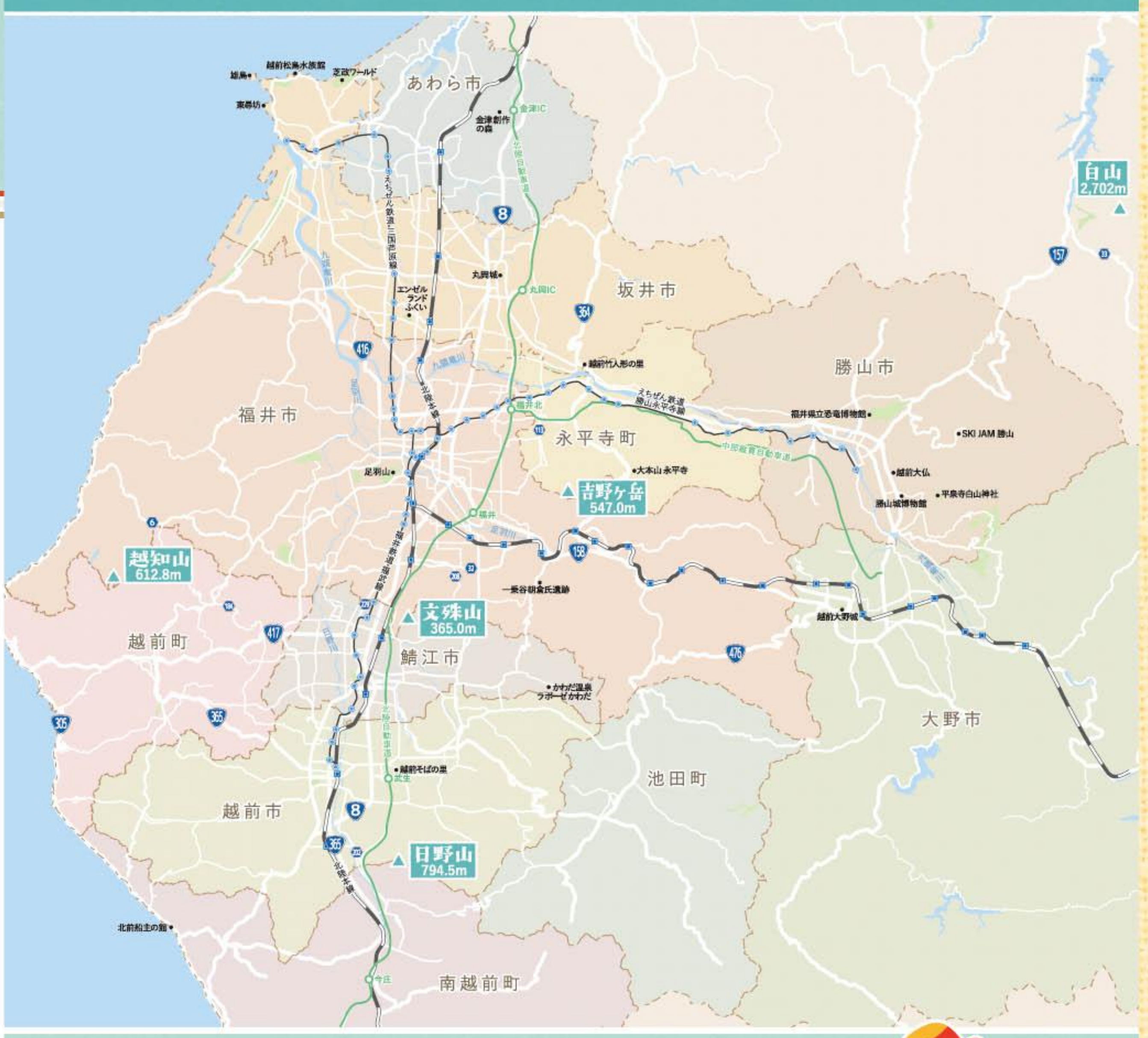
泰澄の弟子の小沙弥の行場であったと伝えられています。小沙弥は常に臥せながら修行していたので臥行者と呼ばれていました。

GOAL

山頂

おつかれさまでした！

越前五山エリア図



【登山時の注意事項】

- ●事前にコースを十分に調べ、地図とコンパスは必ず持参！
- ●日帰り登山の場合、夏でも午後3時頃には下山できるよう計画を立てましょう
- ●出発の前に行先やルート、同行者の名前や連絡先などを家族に知らせておきましょう
- ●登山初心者や初めての山へ行く場合は複数で行動すると安心です
- ●入山、下山の際は設置されたポストや最寄りの事務所に届け出を忘れずに
- ●荷物は必ず背負い、手には物を持たないようにします
- ●指導標や植物などを採ったり、方向などを変えてはいけません
- ●山の温度は高度100mごとに0.6℃降下します。温かく感じても着替えと雨具は必携です
- ●非常食（チョコレート、飴、ビスケットなど）を持参しましょう
- ●ゴミや食べ残しは山には絶対に捨ててはいけません！必ず持ち帰りましょう

良い準備で楽しい登山を

泰澄ゆかりの越前五山

白山（はくさん）（標高 2,702m）

泰澄が開山したと伝えられる独立峰。霊亀2年（716）、夢に現れた女神のお告げにより白山を目指した泰澄は幾多の困難の末、養老元年（717）、36歳の時に山頂に到達。山そのものを御神体とする山岳信仰の対象としてあがめられていた白山への信仰を修験道として体系化し、今日まで続く白山信仰の礎を築きました。平安時代には加賀・越前・美濃の3国に白山へ続く禅定道と登拝の拠点となる馬場が開かれ、多くの人が白山を目指しました。

越知山（おちさん）（標高 612.8m）

泰澄が青年まで修業して仏の教えを悟ったと伝えられる北陸最古の修験霊場。山頂付近には越知神社御本社をはじめ、別山神社、奥の院、神宝庫、大師堂、千体地蔵、室堂、日宮神社など歴史的な遺産が多く残り、神聖な雰囲気が漂っています。昭和48年には越知山山岳信仰跡として県の史跡にも指定。また越知神社近くの越知山大谷寺（おおたんじ）境内にある九重の石塔は泰澄の墓と伝えられ、国の重要文化財にも指定されています。

吉野ヶ岳（よしのだけ）（標高 547.0m）

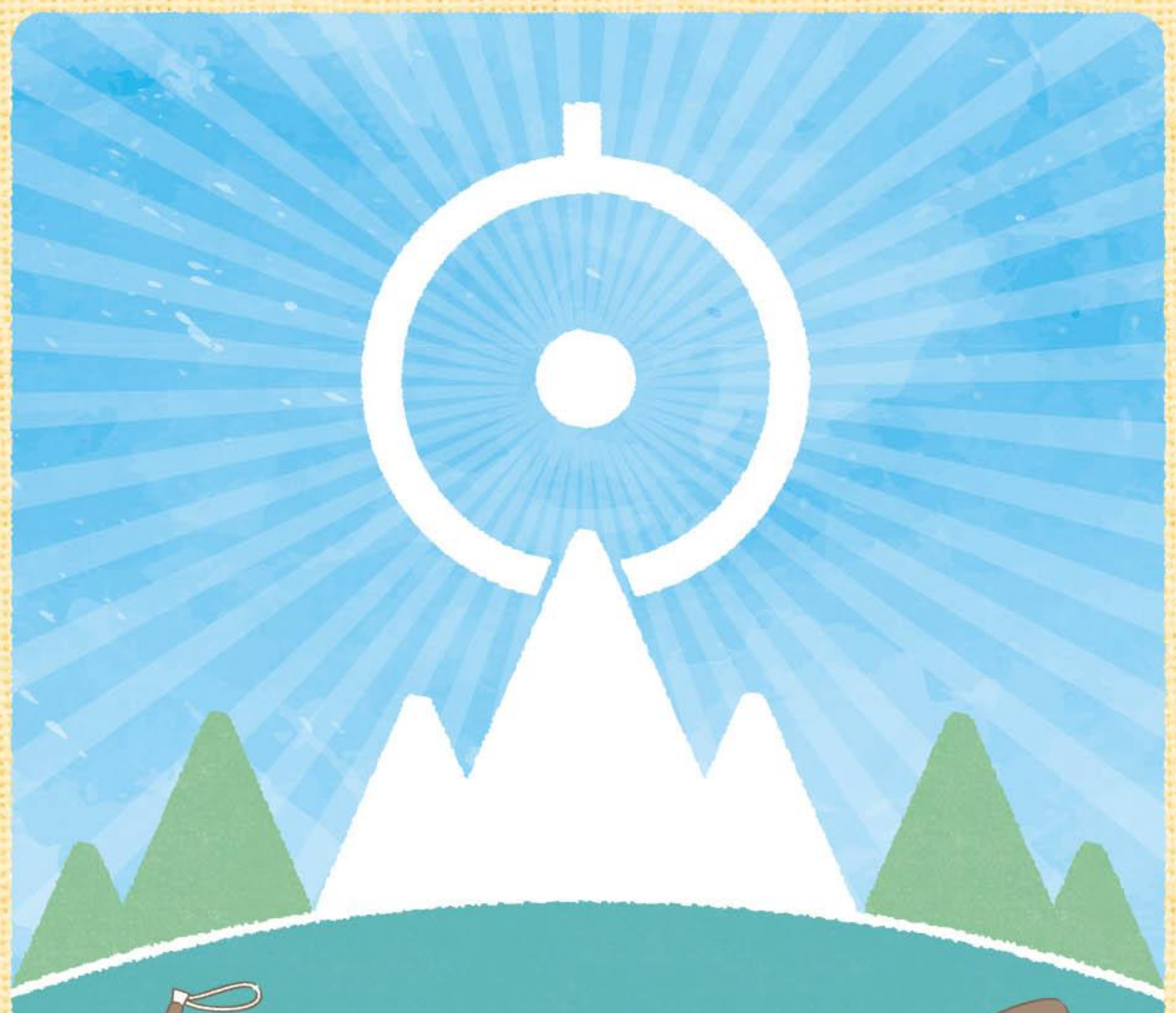
吉野ヶ岳は別名・蔵王山とも言われ、越前五山のひとつとして泰澄が約1300年前に開山した山。1575年の一向一揆により山上の神社・坊社などは焼きつくされ、その後再造立されたと伝えられています。山頂近くの御社「蔵王大権現」には蔵王大権現が十一面観音と共にまつられており、東南側には古来より清浄な霊泉として修験者たちが神仏にお供えしたとされる「閼伽水（あかみず）」が湧出。毎年4月18日には祭礼も行われます。

文殊山（もんじゅさん）（標高 365.0m）

越前五山のほぼ中央に位置する文殊山。角原地区からの眺めが富士山に似ていることから「角原富士」とも言われ、西行が当地を行脚した際の歌にも詠まれています。山上には北から室堂（小文殊）、大文殊（本道）、奥の院（大汝）と呼ばれる3つの峰があり、室堂には阿弥陀如来像、大文殊の本堂には文殊支利菩薩、奥の院堂には正観世音菩薩がそれぞれ安置され、三尊とも泰澄の自作であると伝えられています。

日野山（ひのさん）（標高 794.5m）

越前市と南越前町の境に位置し、岐阜県の奥美濃山地から続く山塊の西端にあたる山。養老2年（718）に泰澄により開かれたと伝えられています。古来から山岳信仰の霊山としてあがめられ、日野神社のご神体として山頂には祠も鎮座。山容が美しく、紫式部をはじめ松平春嶽、与謝野晶子、松尾芭蕉など多くの歌人や詩人たちに詠まれてきました。山頂からは日本海をはじめ、白山や御嶽山の姿を見ることができます。



泰澄白山開山1300年記念

越前五山 トレイルマップ

FUKUI HAPPINESS

福井県

飛行機

石川県の小松空港が空の玄関口。東京（羽田・成田）・札幌・仙台・福岡・那覇からアクセス可。
●小松空港（連絡バス（10便/日）で約60分）→JR福井駅
●小松空港（バスで約12分）→JR小松駅（JR北陸本線で約30分）→JR福井駅
問い合わせ先／
ANA（全日空）0570-029-222　JAL（日本航空）およびJTA（日本トランスオーシャン航空）0570-025-071

車利用

東京から
福井IC までは、東名高速道路経由もしくは関越自動車道経由。

名古屋から
福井IC までは、名神高速道路・北陸自動車道経由。

大阪から
福井IC までは、名神高速道路→北陸自動車道経由。（若狭方面へは、中国自動車道→舞鶴若狭自動車道経由もあります。）

東　京から 車で福井ICまで 約5時間半
名古屋から 車で福井ICまで 約2時間
大　阪から 車で福井ICまで 約2時間半

JR利用

出発			敦賀駅	武生駅	福井駅	芦原温泉駅
東京から	東京駅	東海道新幹線ひかり（米原駅より特急しらさぎ）	2時間40分	3時間1分	3時間15分	3時間27分
	東京駅	北陸新幹線かがやき（金沢駅より北陸本線特急）	4時間	3時間28分	3時間10分	3時間3分
名古屋から	名古屋駅	東海道新幹線ひかり（米原駅より特急しらさぎ）	55分	1時間16分	1時間29分	1時間41分
	名古屋駅	特急しらさぎ	1時間34分	1時間52分	2時間5分	2時間17分
大阪から	大阪駅	特急サンダーバード	1時間19分	1時間39分	1時間47分	2時間

※乗り継ぎ時間を含めません。

高速バス利用

東京から

出発	福井駅東口
東京駅八重洲南口	8時間20分
新宿駅新南口	7時間40分

名古屋から

出発	福井駅東口
名鉄バスセンター	2時間50分
JR名古屋駅	2時間40分

大阪から

出発	福井駅東口
大阪梅田	3時間30分

出発	小浜駅前
近鉄なんば駅西口（OCATビル）	3時間30分
大阪駅前・地下鉄東梅田駅	3時間5分

問い合わせ先／【東京・大阪・名古屋⇒福井】 福鉄高速バス予約センター 0778-21-5489、京福バスチケットセンター 0776-24-4890
【大阪⇒小浜】 福鉄高速バス大阪線予約センター 0770-53-5489、近鉄高速バスセンター 06-6772-1631

発行／福井県
コース監修／福井山岳会 会長・山岳エッセイスト 増永迪男氏
写真協力／池内 裕氏、伊部太郎氏、佐々木千里氏

日野山（ひのさん）（標高 794.5m）

【お問い合せ】（周辺観光関連）越前市商業・観光振興課 ☎0778-22-3007

山容が美しく、富士山のように見えることから別名「越前富士」とも呼ばれています。登山道が豊富で、ふもとからは地元小学生が作った「山頂まであと〇〇m」という標識が 100m 間隔で設置されています。道中には「焼餅岩」や「石の唐戸」「弁慶の三枚切」など、いわれのある巨岩も点在。日野神社奥宮がある山頂には休憩舎も用意され、疲れた体を休めることができます。

■おすすめコース 【約 5.8km/ 約 3 時間 40 分】

登り➡：① 日野神社 —25分— ② 堰堤 —35分— ⑥ 室堂 —30分— ⑦ 比丘尼ころばし（1.8 km／1.1 km）

⬅下り：⑦ 比丘尼ころばし —30分— ⑧ 山頂 日野山 —100分— 日野神社

❶ 日野神社　START

日野山の登山口にある神社。古くから山岳信仰の霊場として栄え、越前藩主松平家や府中領主本多家の崇敬を受けてきました。絵馬殿に残る、寛文 5 年（1665）に奉納された日本最古の絵馬「四季耕作図」も見どころのひとつ。毎年夏に行われる「日野山まつり」は拝殿での御神楽奉納の後、夜を徹して山を登り、ご来光を拝む登山祭・鎮火祭としても知られています。

❷ 堰堤（えんてい）

堰堤とは？ 川水を他に引いたり、流れを緩やかにしたりするために築かれる堤防のこと

❸ 焼餅石（やきもちいし）

山頂まで 2000m

焼餅（昔、クズ米に菜の干したものを混ぜてついた餅を焼いたもの）によく似ているところから名付けられたと伝えられています。

❹ 石の唐戸（からと）

昔、この中平吹の里に館をかまえていた僧兵佐々生光林坊が追われて、この穴に隠れたと伝えられています。

❺ 弁慶（べんけい）の三枚切

武蔵坊弁慶が日野山に登った時にこの岩を三枚に切って力を試したと伝えられています。

❻ 室堂（むろどう）

五合目。休憩所や水飲み場が設けられています。

山頂まで 1000m

❼ 比丘尼（びくに）ころばし

岩盤はすべりやすいためロープが取り付けられています。

昔日野山は女人禁制の山でした。たまたま尼僧（比丘尼）がこれに反して登山したところ、ここで神の怒りにふれ、ころげ落ち、この名が生まれたと伝えられています。

❽ 日野山頂　GOAL

日野山頂より見た白山連峰 ▼

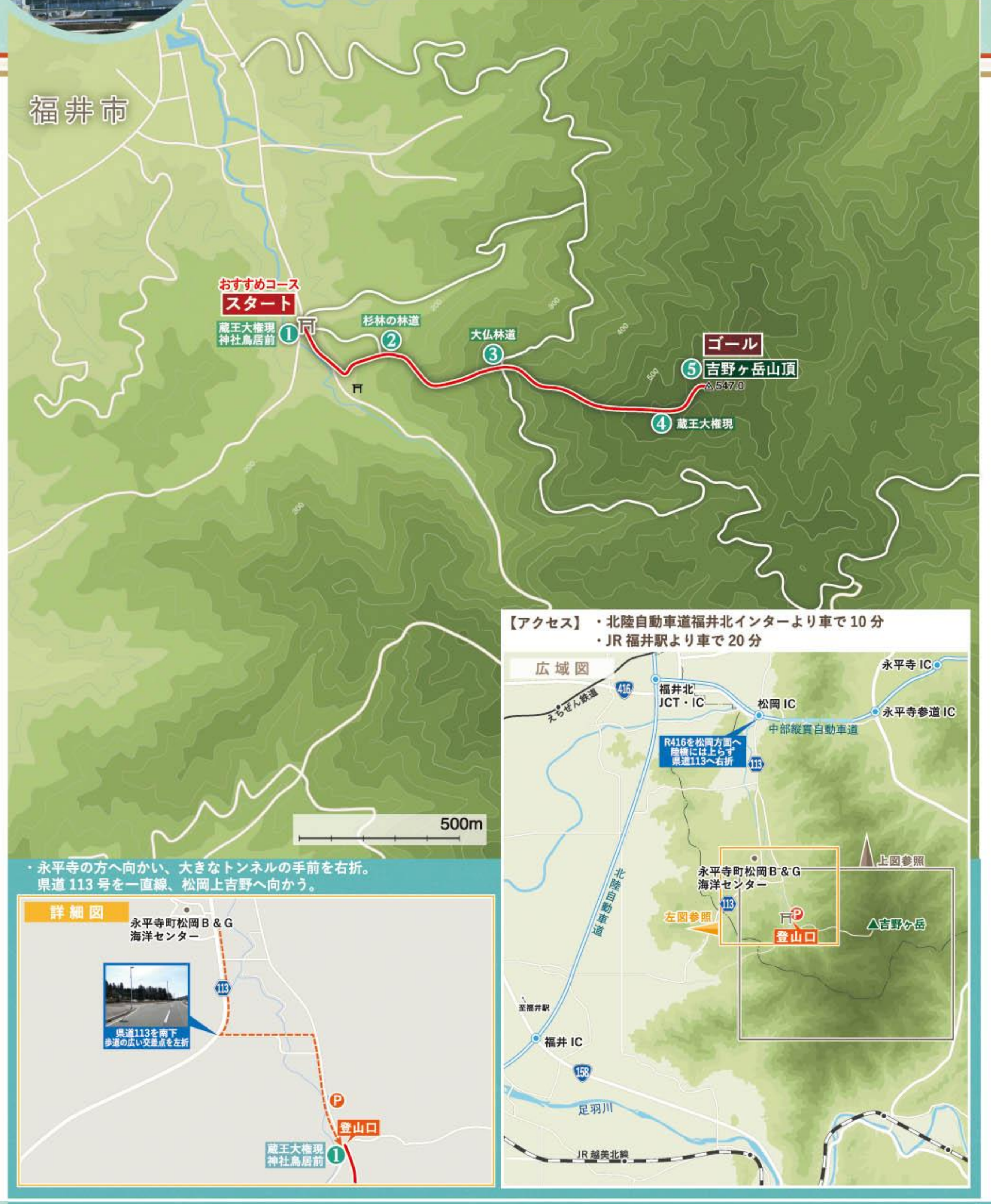
標高794.5m。天気に恵まれれば、西から北の方角に日本海、遠く三国の海まで、東方は白山や御嶽山が見えます。

おつかれさまでした

吉野ヶ岳（よしのだけ）（標高 547.0m）

【お問い合せ】（周辺観光関連）永平寺町生涯学習課 ☎0776-61-3400

泰澄が「蔵王大権現」を祀ったとされることから、別名「蔵王山」とも呼ばれる山。中腹付近まで林道が整備され、車で入山して林道登山口から山頂へ向かう手軽な登山も楽しめます。山頂には広々とした空間が広がり、福井市街地や越前五山、遠くは日本海まで一望におさめられる展望の良さも魅力。地元の方たちによって登山道も整備されているので、登山初心者にもおススメです。



■おすすめコース 【約 3 km/ 約 2 時間 15 分】

登り➡：① 蔵王大権現神社鳥居前 — ② 杉林の林道 —35分— ③ 林道の案内看板 —30分— ④ 蔵王大権現（0.9 km／0.4 km）

⬅下り：④ 蔵王大権現 —10分— ⑤ 山頂 吉野ヶ岳山頂 —60分— 蔵王大権現神社鳥居前（0.2 km）

❶ 蔵王大権現神社前鳥居（ざおうだいごんげん）　START

鳥居前には泰澄木・蔵王木と名付けられた２本のご神木と蔵王大権現の由来が書かれた石碑が立っています。湧水もあって水が飲めるのでここでのどをうるおしてから出発しましょう。鳥居前の駐車スペースは狭いので一杯の場合は１００m先の千手観音前の駐車スペースに車を停めることもできます。

湧水があって水が飲めます

❷ 杉林の林道

杉林の山道を登っていきます。所々に古い道しるべが残っています。しばらく登っていくと竹林が現れます。林道は間もなく。

❸ 大仏林道（だいぶつりんどう）

この林道に車を停めて登ることもできます。林道には案内看板も立っていますが、看板の右側に向かうとすぐに登山道が現れます。ここからは木の階段が多くなります。

▲参道登り口はこの看板の右側

大佛寺山、剣ヶ岳の登山道にも接続しています

進んでいくと大仏林道が見えだします。

ところどころに古い道しるべが残っています。

木の階段が多くなる▲

❹ 蔵王大権現（ざおうだいごんげん）

１５７５年の一向一揆により山頂の坊社等は焼きつくされましたが、その名残と言われています。ご神体は蔵王権現・聖観音・多聞天の三体が祀られています。

▲神社を過ぎると山頂までもうすぐ

❺ 吉野ヶ岳山頂　GOAL

山頂には小さな祠の跡が残っています。ここからは広く福井平野を見渡すことができます。

おつかれさまでした

▲山頂から望む福井平野

▲山頂から望む白山連峰

文殊山（もんじゅさん）（標高 365.0m）

【お問い合せ】（周辺観光関連）福井市おもてなし観光推進課 ☎0776-20-5346
鯖江市商工政策課 ☎0778-53-2230

市街地に近く様々な登山コースがあり、子供から大人まで多くの人に愛される身近な山です。樹齢数百年の杉の巨木をはじめ、桜、ツバキ、コブシ、ツツジなど、美しい花々や秋の紅葉も楽しみのひとつ。特に七曲坂、展望台付近、大文殊から奥の院にかけてが紅葉の人気スポットです。また、随所にカタクリの群生地があり、春にはソメイヨシノと満開のカタクリの共演も楽しめます。

■おすすめコース 【約 6.8km/ 約 3 時間】

登り➡：① 楞厳寺 —60分— ③ 小文殊 —15分— ④ 展望台 —5分— ⑤ 山頂 大文殊 —20分— ⑦ 奥の院（2.1 km／0.8 km／0.5 km）

⬅下り：⑦ 奥の院 —20分— 大文殊 —20分— 小文殊 —40分— 楞厳寺

❶ 楞厳寺（りょうごんじ）　START

大村登山道の入口にある楞厳寺（りょうごんじ）は、泰澄が養老元年（717）に開いたとされ、知恵を司る文殊菩薩を本尊としています。

山頂まで 2600m

❷ ツチノコ坂

[redacted]

ツチノコとは？ 日本に生息すると言い伝えられている未確認動物。

❸ 小文殊（こもんじゅ）

天狗杉と呼ばれる巨大なご神木の隣にある小文殊の室堂には阿弥陀如来が祀られています。

❹ 展望台

山頂より見た白山連峰 ▼

山頂まで 500m

❺ 大文殊（おおもんじゅ）

大文殊の本堂には文殊菩薩が祀られています。本堂周辺では約 4300 年前の縄文土器や奈良・平安時代の須恵器（すえき）片も多数発見されています。

❻ 胎内（たいない）くぐり

この岩の下をくぐると知恵が授かり安産のご利益もあると言われているが邪心があるものがくぐると岩が閉じてしまうと伝えられています。
養老七年（717 年）、泰澄が「一切経」（経蔵・律蔵・論蔵の三蔵およびその注釈書を含めた仏教経典の総称）をこの下に納めたと伝えられています。

❼ 奥の院

平成２５年に建て直された奥の院には阿弥陀如来が祀られています。

おつかれさまでした

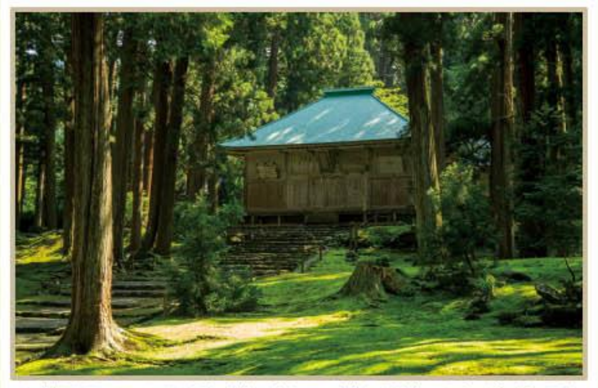
修験者と同じ道で白山を目指す　白山禅定道と三馬場

かつて白山の山頂に登る道は白山禅定道と呼ばれていました。福井県、石川県、岐阜県それぞれに越前禅定道、加賀禅定道、美濃禅定道ができ、その拠点となる寺は、越前馬場、加賀馬場、美濃馬場と呼ばれ、学問や文化の集積する宗教都市を形成しました。当時に思いを馳せつつ、今も静かにたたずむ三馬場を訪れてみてはいかがでしょうか？

禅定道の拠点・三馬場

越前馬場　平泉寺白山神社（福井県勝山市平泉寺町平泉寺）

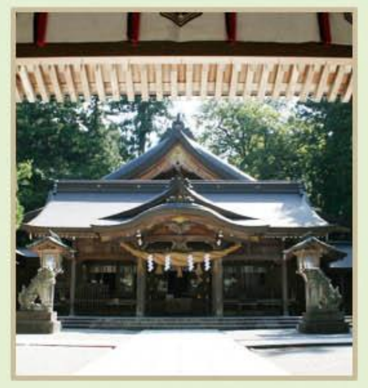
平泉寺は養老元年（717）、泰澄が白山の女神と出会ったことに始まり、白山信仰の越前側の拠点として栄華を誇りました。旧境内には、隆盛を極めた当時の名残が今も点在しています。参道に広がる杉林、室町時代頃に造られた泰澄大師廟、白山の神が現れ、平泉寺の地名の由来となった御手洗池、一向一揆の焼き討ちを生き延びた樹齢数百年の大杉……。歴史の痕跡がそこかしこに見受けられ、ロマンあふれるいにしえの風景を今も目にすることができます。



▲木漏れ日にしっとりと濡れた苔が映える、幽玄な旧境内。日本の道百選、歴史の道百選、かおり風景百選、美しい日本の歴史的風土百選と、４つの日本百選に選出されています。

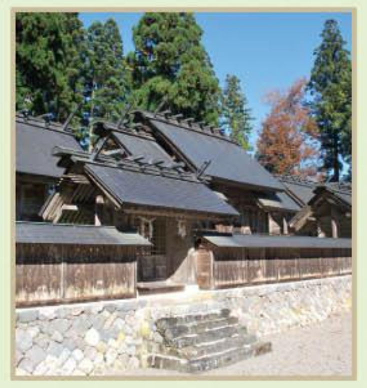
加賀馬場　白山比咩（ひめ）神社（石川県白山市三宮町ニ 105-1）

加賀（石川県）側からの禅定道の拠点となった泰澄創建の神社。白山比咩大神（菊理媛尊）を祀っています。



美濃馬場　長滝白山神社・白山長滝寺（岐阜県郡上市白鳥町長滝 138）

美濃（岐阜県）側からの禅定道の拠点には、同社寺と禅定道上の石徹白（旧越前領）の白山中居神社がありました。



まずは知っておきたい　越前五山と泰澄

泰澄とは？

奈良時代に活躍した越前の僧　越の大徳とも称される

泰澄の生涯を記した『泰澄和尚伝記（たいちょうかしょうでんき）』によると、飛鳥時代、越前国麻生津（福井市三十八社町）に生まれ、少年時代から越知山（越前町）に通い、修行を始めたとされます。２１歳の時には、仏教で国を護る鎮護国家の法師に天皇から任命されたほか、様々な業績により、生涯にわたり天皇から称号や高い位を授けられました。そうしたなか、養老元年（717 年）には白山に登り、神の本当の姿は仏であることを感得（白山開山）。それが今に続く白山信仰の始まりとされます。

白山信仰とは？

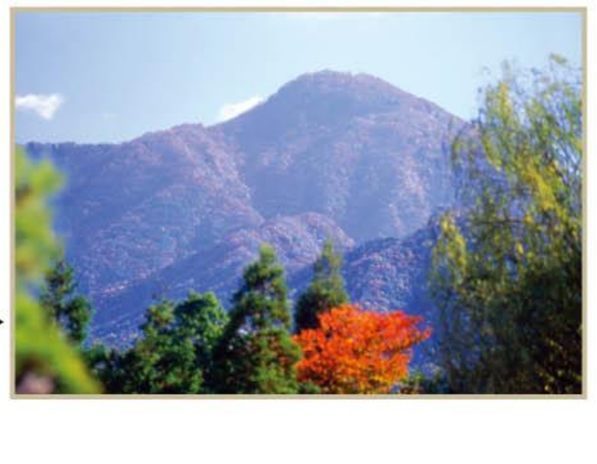
白山を神聖な山として「白山妙理大権現（はくさんみょうりだいごんげん）」を祀る信仰

白山（白山連峰）は、福井県、石川県、岐阜県、富山県にまたがり、頂上はかつて越前の白山平泉寺が管理していました。山岳信仰が盛んだった古代、越前の僧泰澄が白山を開山したと伝えられ、以降、白山は修験の聖地となり、越前（福井県）、加賀（石川県）、美濃（岐阜県）にできた白山登拝の拠点「馬場」や、越前の山林で修行をする行者や僧によって、白山への信仰が全国に広まりました。現在、白山の神を祀る白山神社は、全国に2700社以上あるといわれます

伝記に見る　泰澄年表

年	和暦	出来事
682	天武天皇11年 6月11日	越前国麻生津の三神安角を父、伊野氏の女性を母として誕生。
693	持統天皇7年	僧道昭が神童であると見抜く。その後、14歳（大谷寺本では11歳）の時に夢告により越知山に通い修行を始める。
702	大宝2年	勅使が遣わされ、鎮護国家の法師となる。
716	霊亀2年	貴女（白山神）の夢告を受ける。
717	養老元年	白山に登り（白山開山）神は仏の化身であると感得。
722	養老6年	元正天皇の病気を平癒し、神融禅師の号を賜る。
725	神亀2年	行基が白山に泰澄を訪ねる。
736	天平8年	玄昉より十一面経を授けられる。
737	天平9年	全国に流行した天然痘を祈祷により終息させた功により聖武天皇から大和尚位を授けられ、「泰澄」と名乗る。
767	神護景雲元年	大谷寺釈迦堂の仙窟にて即身成仏となり遷化。 ※即身成仏…現世の肉体のまま仏になること ※遷化…高僧がこの世を去ること

越前五山を開山

泰澄は白山だけでなく、多くの山を開山しています。越前では山頂から白山を望む遥拝（ようはい）の地として、越知山、日野山、文殊山、吉野ヶ岳を開山。これらは白山を含めて「越前五山」と呼ばれ、修験者による山林修行の山として信仰を集めてきました。今も麓には、信仰の歴史を偲ばせる古い堂や社が鎮座しています。

越前五山の一つ　日野山（越前市）▶
雛のような山容が美しく、紫式部の和歌にも詠まれています