

# 若槻自然遺産巡り 散策コースマップ

歩いて出会う若槻の自然

田子池遠望

## 1. 髻山・三登山林道コース

◆距離：4.5km ◆時間：3時間

コース 吉駐車場－観音清水－髻山－林道－隈取川－吉駐車場

スタート&ゴール 吉駐車場

コース概要

安山岩で出来た髻山と裾花凝灰岩の白い突峰や露頭を林道沿いに見ながら三登山との成り立ちの違いを探るコース。

旧髻集落跡、観音清水を経て髻山に至る。広い山頂は戦国時代の名残を留める土塁に囲まれた山城跡で、広場には一等三角点と八角の形をした県内唯一の天測点がある。

山頂付近の石垣や南東面の石切り場跡に見られる髻石と名付けられた安山岩によって形成される髻山の山頂からは東面に岩菅山、奥志賀の山々から四阿山・根子岳への長大な山並みが、南面には根子岳から妙徳山、保基谷岳、奇妙・尼巖山へと連なる雄大な眺望が味わえる。

帰路は裾花凝灰岩の白い露頭を探りながら三登山林道を辿り、隈取川に沿って下るとスタート地点の吉駐車場に至る。

### ◆観音清水(ガイドマップ: 5a)

上杉謙信と武田信玄が北信濃の覇権を争って対峙した五度の川中島合戦に際し上杉勢が髻山を拠点とした折人馬を賄う水を確保するため掘らせた井戸。当初十分な水量が得られなかったが、謙信の守護仏・千手観音を供えたところコンコンと湧き出したと言われている。



鬼の面(鬼岩奇岩群)

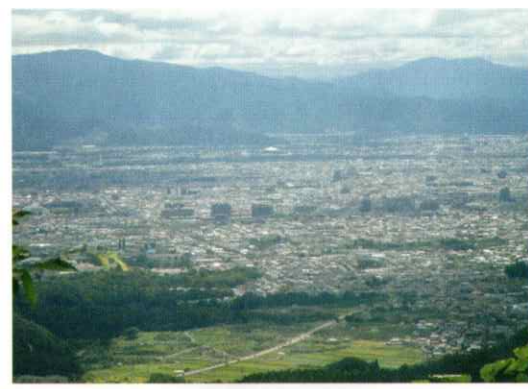
### ◆裾花凝灰岩と鬼岩

三登山林道を西に辿り最初の尾根を回りこんだ先、林道左手に白い突峰がある。更に進み尾根の開削跡の法面が白っぽい地肌であることが見て取れる。長野盆地の西側、北東から南西にかけて広範囲に分布する裾花凝灰岩という地層である。このあたりが分布の北端になる。隈取川との出会い一帯は嘗て「鬼岩」「鬼岩岸」という地名で呼ばれていた。

コースから外れるが隈取川源流部には「鬼岩トンネルと奇岩群」(ガイドマップ: 3)がある。近年崩落の危険が増しているため現在は通行止めとなっている。

【お立ち寄りスポット】

- ▲諏訪社
- 旧髻集落跡・簡易水道跡
- 髻山城跡・石垣・掘割
- 髻山の一等三角点、天測点
- 髻山山頂・北面のカタクリ群生
- 隈取川源流: 鬼岩、鬼岩岸
- 吉の弁天池
- 弁天池からの眺望
- 新池



髻山(南面)からの眺望



白い突峰(裾花凝灰岩)

## 2. 山千寺と旧水道道路コース

◆距離：4km ◆時間：3時間

コース つつみ池跡－旧水道道路－吉古墳群前－山千寺(境内からの眺望、信玄駒つなぎの桜、カタクリ、弁天清水、名水清水)－三日月棚田－上の池－モニュメント－つつみ池跡

スタート&ゴール つつみ池跡「多目的広場・駐車場」(田子の地蔵院、雷鳥保育園入り口の南)

コース概要

三登山山麓の田園風景とふるさと若槻の町並みを旧水道道路から眺め古刹山千寺の境内からの眺望、春のカタクリとサクラ、2つの清水を巡るコース。



山千寺の三日月棚田

つつみ池跡に整備された駐車場から山千寺に通じる車道を登り上の池の手前の標識から右の坂を登って旧水道道路を進む。善光寺平の東を縁取るやまなみに加え田子池や麓の街並みの眺望が楽しめる。吉古墳群前から折り返して向かう山千寺は境内からの眺望はもとより、カタクリ、サクラ、棚田に2つの湧水と自然遺産が集中し四季を通して魅力に溢れている。後半は三日月棚田の上から農道を回りこんでスタート地点に戻る。

### ◆信玄駒つなぎの桜(ガイドマップ:10)

川中島合戦の折、戦勝祈願で山千寺を訪れた信玄が乗ってきた駒を繋ぎとめたと言われている推定樹齢約500年の枝垂桜の老樹。傾いた樹幹の佇まいは見る人を圧倒する荒々しさや力強さの中に雅やかさを秘めていた。近年倒木の危険が迫ったため上部が伐採されたが、根元から次世代の若木が育っている。

### ◆カタクリ(ガイドマップ:11)

春の訪れをいち早く知らせしてくれる春の妖精カタクリが山千寺境内の数箇所に群生している。



山千寺のカタクリ



弁天清水

### ◆名水清水と弁天清水(ガイドマップ: 5b, 5c)

山千寺には2つの湧水がある。門を通り過ぎて車道を登り大きな民家の塀の前の道路際にあるのが名水清水。観音堂西奥の小さな沼底から湧き出す清水が弁天清水で畔の大杉の狭間に弁天社が祀られている。

【お立ち寄りスポット】

- ▲百番観音
- 地蔵院観音堂・木造観音菩薩立像
- 吉古墳群
- 旧水道道路モニュメント

## 3. 田子池と保存樹林・樹木コース

◆距離：3km ◆時間：2.5時間

コース つつみ池跡－北国街道－田子池－観音山遊園地－田子神社－つつみ池跡

スタート&ゴール つつみ池跡「多目的広場・駐車場」

コース概要

2ヶ所の保存樹林・樹木と若槻地区内最大の溜池・田子池を巡り周辺の隠れた自然と出会うコース。

つつみ池跡駐車場からスタートし北国街道を北上、田子池の北端から東(右手)の小道を小高い丘の上ると古い遊具やベンチが点在する観音山遊園地。広場の南奥から北国街道に降り田子神社へ。田子神社の社叢は保存樹林、神社の裏手で湧き出る名水「御膳水」を賞味。神社前から「旧善光寺下馬道(推定)」の一部を辿って地蔵院に向かい、つつみ池跡地に戻る。時間があれば、山千寺への車道を登って上の池や旧水道道路のモニュメントを訪れるのもよい。

### ◆保存樹木・桜(ソメイヨシノ)(ガイドブック:14b)

田子バス停・雷鳥保育園入り口の北側に立派な門が建っている。明治天皇北陸御巡幸の折の御小休所の跡である。門の裏の畑に美しい佇まいのソメイヨシノが一本。平成6年長野市指定の「保存樹木、第215号」である。



田子池(旧水道道路より)



田子神社社叢

### ◆田子池(ガイドブック: 4d)

若槻地区内最大の溜池、吉、田子、三才の3村が水争をした江戸時代、オリンピックフィギュアスケート選手稲田悦子が滑った昭和の冬。長野市のスケート発祥地とされている田子池。今は地球温暖化のため湖面が凍結することはなくなった。

### ◆田子神社社叢と御膳水(ガイドブック:14a, 5d)

田子神社社叢:スギ、ケヤキ、サクラ等39本が神社を包み込んで、背後の三登山の裾野と一体となっている。平成6年、長野市の「保存樹林、第57号」として指定された。

御膳水:明治11年9月、明治天皇北陸御巡幸の途上、田子の御小休所にて田子神社裏の湧水で御膳が供された。「御膳水」と呼ばれる由縁である。現在も近隣の飲料水として利用されている。

【お立ち寄りスポット】

- ▲大門の石塔・石碑群
- 明治天皇御小休所跡(門)
- 船地藏尊
- 観音山石塔・石仏群
- 田子神社境内の鳥居・石祠群
- 善光寺下馬道(推定)
- 地蔵院



明治天皇御小休所跡のサクラ(田子)



石灯籠の背後から湧き出す御膳水

## 4. 水の恵：溜池群巡り

◆距離：6.5km ◆時間：3.5時間

**コース** 若槻支所－蚊里田八幡－堂沢の池－ヨネリ池・鉱泉－上野弁天社裏の鉱泉－大池－鐘撞堂池－山の神池－若槻支所

**スタート&ゴール** 若槻支所

コース概要

三登山がはぐくむ溜池、湧水、鉱泉と人の暮らしに欠かせない多様な水の姿と恵に出会うコース。

三登山山麓の丘陵には多くの溜池がある。三登山に源を発する河川は隈取川、田子川、深沢川、土京川、堂万川、駒沢川でその上流は急峻でかつ水量が少なく安定した十分な水量が得られないため古くから溜池が備えられた。田畑に欠かせない水資源を如何に確保し活用してきたか先人の知恵と苦労の跡を辿るコース。増水時に双子池となる堂沢の池、近くで鉱泉が湧き出しているヨネリ池など個性的な溜池が見どころ。



堂沢の池



堂沢の池隣のハンノキ林

### ◆堂沢池(ガイドマップ: 4m)とハンノキ

入り口が分かりにくいと訪れる機会が少ない堂沢の池は隣に増水時の溢水を受け止める湿地を有し、時には双子の池となる特異な池である。湿地には10数本のハンノキが自生していることも貴重な存在である。



ヨネリ池の鉱泉湧き出し

### ◆ヨネリ池と鉱泉(ガイドマップ: 4l, 6c)

堂沢の池から戻って農道を更に進むと湯入池と書いて「よねりのいけ」と読む溜池。あたりに湯の華の香りが漂う。池の上流(北側)の林の中一帯に幾筋もの白い川筋が網の目のように広がっている。香りの元はこの川の水、鉱泉の源。

池と鉱泉の間には大きな自然石に「辨財天」と彫られた碑が立っている。池の南側は土手で嘗て土手の下に浴場があったという。

### ◆上野弁天社の鉱泉(ガイドマップ: 6b)

三登山林道が尾根を大きく回りこみ渡った橋の左岸を川沿いに北へ300mほど進むと上野弁天社の赤い鳥居が見えてくる。鳥居の前をそのまま川に沿って進むと山の斜面の根元の大きなトンネルから湧き水が流れ出ている。トンネル周りに地表が白く変色した場所がある。鉱泉の湧き出し口だ。温泉特有の硫黄の匂いの元はこのようだ。



上野弁天社裏の鉱泉湧き出し口

### ◆大池、ひょうたん池、鐘撞堂池(ガイドマップ: 4i, 4j, 4h)

上野弁天社裏の湧水を水源とする大池は若槻地区以内のため池としては田子池に次いで大きい。池の南面の堰堤からは志賀・横手山から根子岳、妙徳山、保基谷岳に連なる東南の山々の眺望が圧巻。見晴らしの湯は昔大池の近くにあったと聞く。池の南面にはたんぼが広がる。この一帯の大地はお大日の平と呼ばれる。

ひょうたん池は上野弁天社の湧水を水源とする蟹沢がお大日の平を刻削して出来た深い谷底をせき止めたもの。大池からの排水も加わる。道が無いので上から覗き込むだけ。

鐘撞堂池は土京川の水源でもある。南側は土京山に遮られて眺望は無いが堰堤からは北にNTTの電波塔など数本が立つ三登山の一部が見上げられる。



秋の山の神池

### ◆山の神池(ガイドマップ: 4k)

見晴の湯へ向かう車道(農道)のカーブから踏み跡に入ると右下の谷間に周囲の木々の葉色に染まった水面が見える。懸崖の狭い道を下りて蟹沢が流れ込む池の奥からの眺めは一服の絵画のよう。秋、紅葉を映す湖面は錦色に染まる。

【お立ち寄りスポット】

A 蚊里田八幡宮 B 正覚寺跡 C ヨネリ池の辨財天碑 D 上野弁天社 E 笠松地藏

## 5. 徳間池と保存樹林・樹木コース

◆距離：5km ◆時間：3時間

**コース** 若槻支所－徳間池－諏訪神社－若槻小学校－栗野神社－蚊里田八幡－若槻支所

**スタート&ゴール** 若槻支所

コース概要

若槻地区内5ヶ所の保存樹林・樹木の内3箇所を巡り、併せて未登録だが徳間池周辺のハンノキなど注目すべき自然に出会うコース。

若槻支所を起点として徳間池、若槻小学校、栗野神社などを繋ぐ街中を歩き、中澤邸、栗野神社境内で若槻の名称と深い関わりがあるケヤキの力強い姿を見上げる。若槻自然遺産としては未登録だが徳間池の周りには街中では珍しいハンノキが見られるなど思いのほか多彩な自然を見ることができる。

### ◆中澤邸のケヤキとエノキ(ガイドマップ: 14d)

中澤邸の西側、ケヤキが並木状に6本、南端にエノキ一本。昭和58年長野市指定「保存樹木: 第161号」ではケヤキ1本、エノキ1本となっている。



保存樹木(中澤邸のケヤキとエノキ)

### ◆徳間池とハンノキ

浅川からの水を引き入れたため池。地元の篤志家横山吉左衛門の英断によって文化7年(1810)開池されたという誕生のエピソードに歴史を感じる。南北両岸のハンノキは街中で見られる数少ない貴重なもの。併せてこの池の誕生の由来にも注目したい。



徳間池



徳間池のハンノキ



諏訪神社のケヤキ

### ◆諏訪神社社叢(ガイドマップ: 14e)

徳間池の東の諏訪神社境内はマツ、スギ、サクラ、ケヤキ、カシなど40数本の樹木が鎮守の杜を形成している。

平成7年長野市指定「保存樹林: 第158号」

### ◆栗野神社社叢(ガイドマップ: 14c)

境内に所狭しと根を張り巡らすケヤキは力強さに満ちている。スギ、ケヤキ各6本が平成6年、長野市の「保存樹林、第57号」として指定された。

### ◆蚊里田八幡境内のサクラ(ガイドマップ: 7)

春の蚊里田八幡はサクラの花に埋もれる。



保存樹林(栗野神社社叢)

平成27年版の若槻自然遺産ガイドマップには収められていないが、若槻小学校グラウンド及び構内には1910年開校当初、地区を挙げて記念植樹したソメイヨシノが今も春の新入生を見守っている。

【お立ち寄りスポット】

A 弁天社(徳間池) B 徳間諏訪神社 C 若槻小学校: 正門、構内のサクラ D 幸い清水 E 慈雲庵 F 国胎寺: 船地藏、六地藏 G 塚穴古墳 H 蚊里田八幡宮

## 6. 昭和の森とサクラ巡りコース

◆距離：3.5km ◆時間：2.5時間

**コース** 昭和の森公園駐車場－公園西の坂－東長野病院－昭和の森公園多目的広場－上野3丁目グリーンベルト－昭和の森公園

**スタート&ゴール** 昭和の森公園駐車場(フィットネスセンター側)

コース概要

昭和の森公園のサクラはお花見の名所として地元で愛されている。周辺にもシダレザクラやサトザクラなどソメイヨシノ以外のサクラも咲き競う。春お勧めのコース。

昭和の森公園とその周辺では多くのサクラが早春の空を埋め尽くし春の訪れを謳歌している。公園の噴水広場・駐車場、西の坂の桜並木など一斉に開花するソメイヨシノの淡紅色は見ごたえがある。東長野病院駐車場のシダレザクラ、裏に廻って多目的広場に出る間も多くのサクラが見られる。公園を出て足を伸ばし、グリーンベルトの「昇竜のサクラ」をめぐるサクラの花の香りにつつまれて春の訪れを愛でるひと時を味わおう。

### ◆昭和の森公園と公園西の坂の桜並木(ガイドマップ: 9)



昭和の森公園西の坂の桜並木

昭和の森公園には噴水広場やフィットネスセンター側駐車場だけでもシダレザクラ2本を含め35本の桜が植えられ、開花期には一帯が桜で埋め尽くされ家族連れや若者のグループがお花見に訪れる。ふれあい道広場、多目的広場、ゲートボールコート周りにもソメイヨシノやサトザクラなどを含め多くの桜が春を彩っている。

西の坂道、両側で計30本のソメイヨシノが道を覆い尽くすように花を咲かせる様子は圧巻。坂の西側の並木は地元の住民の手で大切に世話されている。

尚昭和の森公園は一年を通して、南面の広葉樹林、北側の針葉樹と広葉樹の混生林が公園の半分以上を占め、この森を散策する人に極上の癒しの空間と時間をもたらしてくれる。



昭和の森公園の桜

### ◆東長野病院他近隣の桜

病院の敷地に向かうと、バス通りに沿ってソメイヨシノが、駐車場奥には濃い紅色のシダレザクラが春を謳歌する。裏に回り清泉から昭和の森の多目的広場に至る間にもソメイヨシノが点在している。公園と併せての散策がお勧め。

### ◆グリーンベルトの桜並木(昇竜の桜)(ガイドマップ: 8)

昭和40年代後半、上野団地(農住)が造成された際、高圧送電線の基部に沿ってグリーンベルトが整備され、ソメイヨシノが50本ほど植栽された。現在は45本が春、見事な桜並木を誇っている。

北の端の台地から見下ろすと、巨大な竜が駆け上ってくるような迫力である。

【お立ち寄りスポット】

A 昭和の森公園内の探勝路 B 上野中央公園



グリーンベルトの桜並木

## 7. 街中オアシス巡りコース

◆距離：4.5km ◆時間：3時間

コース エノキ公園-南原公園・稲田東公園-一里塚公園-天神木公園-  
稲田東沖団地遊園地-稲田住宅遊園地-浅川土手遊歩道-エノキ公園

スタート&ゴール エノキ公園

暮らしの中のオアシスとも言える街の中の公園、  
遊園地を巡り四季の自然の移ろいに出会うコース。

若槻地区には都市公園、遊園地が各23、計46箇所あり地域の人々の憩いの場となっている。中でも稲田区内には長野市の文化財に登録されている天然記念物「稲田のエノキ」、史跡「稲積一里塚」を中心にその周辺が夫々「公園」となっている。区画整理に伴って誕生した「天神木公園」を含め、周辺に点在する遊園地を巡って街の中の緑に癒されよう。

### ◆エノキ公園・稲田のエノキ(ガイドマップ:13)

稲田のエノキは昭和47年に天然記念物として長野市の文化財に指定された。  
推定樹齢500年のエノキを中心に周辺の土地0.12haを「エノキ公園」として整備。  
公園内には北信地方に自生する植物、高木15種、中・低木5種、草花類4種が植栽されている。



稲田のエノキ

### ◆一里塚公園・稲積の一里塚(ガイドマップ:12)

北国街道の一里塚として慶長9年築造され多くの旅人を誘ったが慶長16年の街道整備によって街道筋が西に移動し一里塚としての役割を終えた。  
今では南北対の塚が当時の姿を留めて残っていることが貴重である。  
南塚には天目松と呼ばれる赤松が聳えていたが、平成26年、27年の相次ぐ雪害で面影を失い倒木の恐れもあって伐採され、その跡に次世代の幼樹が植栽された。



稲積一里塚の天目松(先代の姿)

### ◆天神木公園

稲田地区の区画整理の工事中この辺りで遺跡の発掘調査が行われた。調査終了後区画整理が進みこの公園が造成された。広々と明るい公園で公衆トイレも設置されている。



広々とした天神木公園

### ◆浅川の改修と土手の遊歩道

平成5年浅川ダム建設事務所の開設によってスタートしたダム建設と関連工事の一つが下流域の河川整備・改修。その中に浅川の本川改修工事があった。建設事務所の啓発誌「水とともに、浅川下流域のすがた」によると吉田小学校の裏を中心に「親水性を考慮した護岸イメージ図」(イラスト)を3点紹介している。現状とのギャップがなぜ生まれたのか、考えさせられる。



世代交代した幼樹

## 若槻自然遺産と散策コースの提案について

若槻自然遺産は平成27年度事業としてA5版 8ページの小冊子「若槻自然遺産ガイドマップ」を刊行し若槻地区に全戸配布されました。  
以来、ガイドマップの活用事業としてマップに掲載された自然遺産を巡る3時間を目安とした散策コースを設定、「若槻自然遺産散歩会」と称して年間2~3回実施し、ガイドマップの普及を図ってきました。

散歩会の経験を元に、より多くの住民の皆さんがいつでも気軽に若槻自然遺産の各所を散策できるようにと、モデルとなるコースを紹介するパンフレットの作成を要望する声がありました。令和5年度の事業としてパンフレットの製作に関する予算が確保され、このたび刊行することが出来ました。

多くの住民がこのパンフレットを手に、若槻自然遺産の各地を訪れ私たちの住む若槻の自然の多様な姿、豊かさに触れ自然の大切さを後世に伝える守人になることを願っています。

ここに紹介するコースはあくまでも一例として参考にいただければと思います。

また、各コースの距離と所要時間は概数です。あくまでも目安としてください。

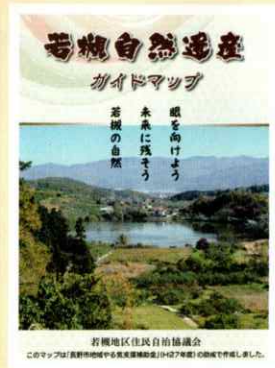
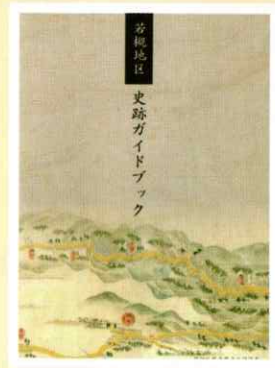
時間の無い場合は一部ショートカットする、逆に時間がある場合は各自の好みやニーズに合わせてコース外の周辺の道路・通路を巡ったり、複数のコースを併せて歩くなど自由にあなただけのバリエーションやオリジナルコースをアレンジして楽しんでください。

尚、散策にお出かけの際、平成27年度版「若槻自然遺産ガイドマップ」の併用をお勧めします。又各コース途中には史跡や名所が多くあります。「お立ち寄りスポット」として名称と所在地をマップ上に示しました。併せて若槻の史跡と歴史に触れることもお勧めします。お立ち寄りスポットの詳細は「若槻地区史跡ガイドブック」を参照してください。

注：若槻自然遺産ガイドマップ、若槻地区史跡ガイドブックについては  
コミ若事務局(026-266-0034)にお問い合わせ下さい。

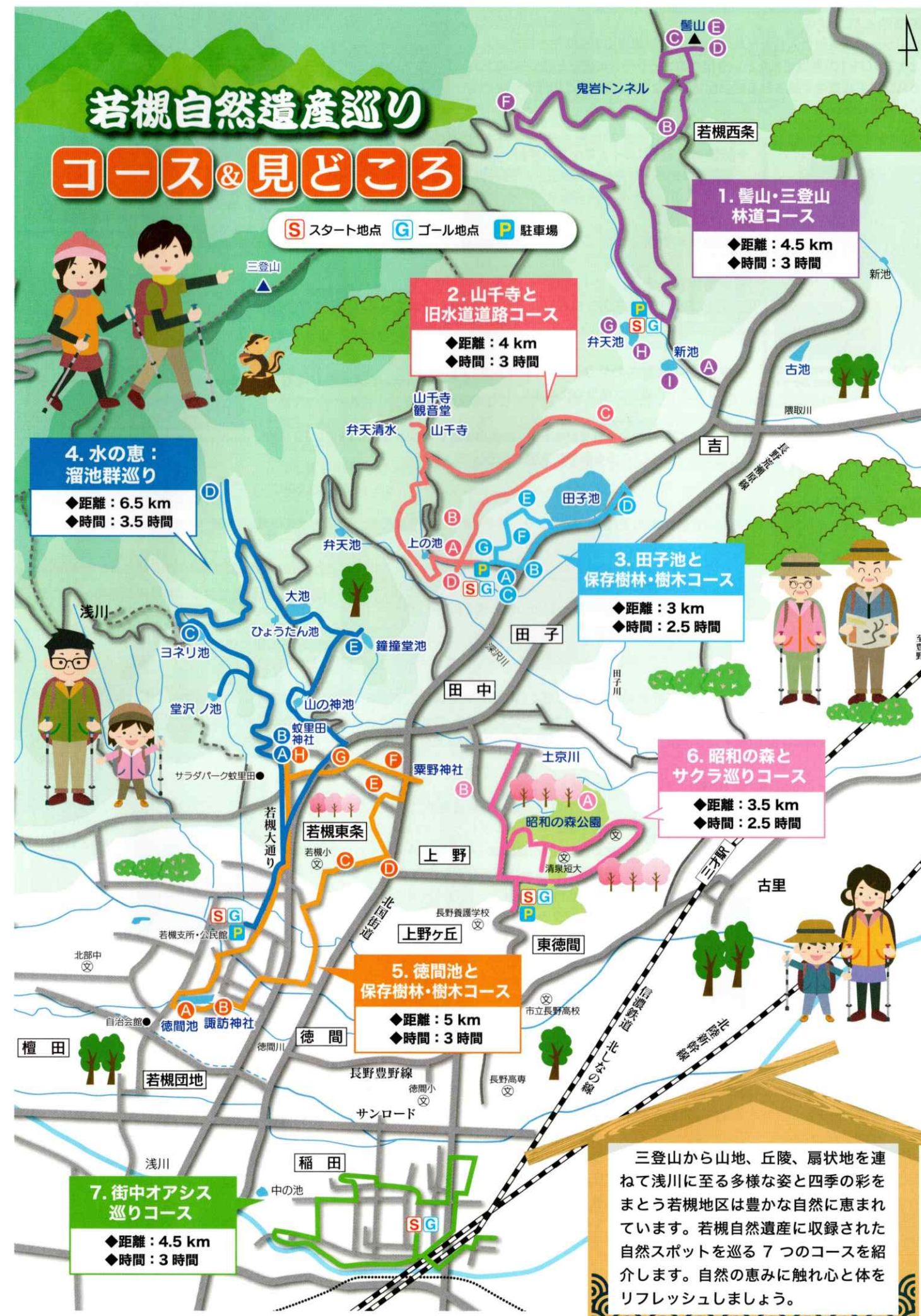
令和6年3月

若槻地区住民自治協議会(環境部自然環境部会令和5年度年度事業)



# 若槻自然遺産巡り

## コース&見どころ



三登山から山地、丘陵、扇状地を連ねて浅川に至る多様な姿と四季の彩をまとう若槻地区は豊かな自然に恵まれています。若槻自然遺産に収録された自然スポットを巡る7つのコースを紹介します。自然の恵みに触れ心と体をリフレッシュしましょう。