

当初、令和3年春の開催を予定していた善光寺御開帳。
新型コロナウイルス感染症の影響で延期となっていましたが、
令和4年春、いよいよ幕を開けます。
令和4年春 七年に一度の盛儀

善光寺 御開帳

七年に一度、絶対秘仏である御本尊の御身代わり
「前立本尊」(鎌倉時代・重要文化財)を本堂にお迎えして
行う「善光寺前立本尊御開帳」。
仏都の春、御仏とのありがたいご縁が生まれます。

善光寺前立本尊 (重要文化財)

善光寺の御本尊「一光三尊(いっこうさんぞん)阿弥陀如来」は、ひとつの光背の中央に阿弥陀如来、向かって右に観音菩薩、左に勢至菩薩が並ぶ、善光寺独特のお姿をされています。
白雉5(654)年以来の絶対秘仏であり、鎌倉時代に御本尊の御身代わりとして「前立本尊」が造られました。普段は御宝庫に安置されていますが、七年に一度の御開帳の時だけ、特別にお姿を拝むことが叶います。



期間中の主な行事

回向柱受入式 3月27日(日)



松代から善光寺へ。

御開帳期間中、本堂の前に立つ回向柱が松代から善光寺に寄進されます。

回向柱建立式 4月1日(金)

伝統の工法そのままに。
善光寺木遣りが響く中、古式ゆかしく回向柱が建立されます。



前立本尊御遷座式 4月2日(土)

前立本尊を御宝庫から本堂へ。

白装束に身を包んだ男たちが前立本尊(一光三尊阿弥陀如来)を納めた厨子を担ぎ、御宝庫から本堂へと運びます。
本堂では一山住職が厨子を担ぎ、内々陣へとお遷します。

御開帳期間中の行事①

回向柱ライトアップ

御開帳期間中、毎日日没から午後9時まで本堂と回向柱がライトアップされます。本堂は極楽をイメージした色に照らされ、日中とは違った雰囲気の中、参拝していただけます。ぜひ、夜空に浮かびあがる本堂と回向柱をご覧ください。



開闢大法要

4月3日(日)

いよいよ始まる、御開帳。

御開帳初日のお朝事で、絶対秘仏となっている御本尊の分身・前立本尊の厨子が7年ぶりに開かれ、人々のどよめきの中、ありがたいお姿を参拝者の前に現します。



そして午前10時から、善光寺を護持する天台宗、浄土宗それぞれの住職による開闢大法要が営まれ、御開帳が始まります。

中日庭儀大法要

4月23日(土)浄土宗・5月7日(土)天台宗



御開帳を彩る大法要。

お稚児さんを先頭に、華麗な法衣をまとった住職の行列が進み、色とりどりの散華が舞います。
天台宗、浄土宗それぞれが回向柱の前で執り行う、厳粛な中にも華やかさが漂う法要は、御開帳のハイライトです。

第100回 仏都花まつり

5月5日(木・祝)

健やかにと願って。

お釈迦様のお誕生を祝い、子どもの健やかな成長を願う「花まつり」。華やかな衣装に身を包んだお稚児さんたちのかわいらしさに、参拝者にも笑顔があふれます。



篠ノ井大獅子奉納

5月15日(日)

勇壮に舞う、大獅子。

長野市無形民俗文化財に指定される篠ノ井地区の2体の大獅子が表参道を練り歩き、山門前で勇壮な獅子舞を披露して御開帳を盛り上げます。



結願大法要

6月29日(水)



前立本尊御還座式

6月30日(木)

名残惜しく、扉閉まる。

88日間続いた御開帳が結願大法要をもって終わりを告げます。そして同日午後5時、大勢の参拝者が見守る中、前立本尊の厨子の扉がゆっくりと閉じられます。
翌日、前立本尊は白装束の男たちが担ぐ輿にのせられ、御宝庫へお還りになります。



御開帳期間中の行事②

御印文頂戴

善光寺の宝印を額に押された者は極楽往生が約束されると信じられています。毎年1月7日～15日に行われていますが、御開帳期間中は毎日頂戴できます。

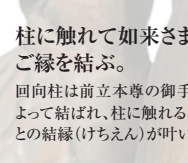
松代から寄進される回向柱

300年余の歴史、脈々と今に。
宝永4(1707)年に現本堂が再建された際、松代藩が幕府から普請の監督を任されました。それが縁となり、回向柱は現在まで300年余にわたって松代から寄進されています。



松代から善光寺へ。

回向柱は、大名行列や姫行列とともに松代町を練り歩いた後、善光寺にやってきます。途中引き綱に触るとご利益があるといわれ、沿道にはたくさんの方がつかまけます。



柱に触れて如来さまとご縁を結ぶ。
回向柱は前立本尊の御手と「善の綱」によって結ばれ、柱に触れることで如来さまとの結縁(けちえん)が叶います。

※諸般の事情により、予告なく取り止めとなる場合があります。

期間中の主な行事

3月	27日(日) 午後2時30分	本 堂 前 回向柱受入式
4月	1日(金) 午後1時 2日(土) 午後3時 3日(日) 午前10時～正午 23日(土) 午前10時～午後2時	本 堂 前 回向柱建立式 本 堂 前立本尊御遷座式 本 堂 開闢大法要 本 堂 前 中日庭儀大法要(浄土宗)

5月

5日(木・祝) 午前11時20分 7日(土) 午前10時～午後2時 15日(日) 午後5時	忠霊殿前 第100回仏都花まつり(長野市仏教会) 本 堂 前 中日庭儀大法要(天台宗) 山 門 前 篠ノ井大獅子奉納
4日(土) 午後2時～午後3時30分 12日(日) 午前9時～ 22日(水) 午前11時 29日(水) 午前10時～正午 30日(木) 午後1時	本 堂 前 全国善光寺会お練り大法要 ながの祇園祭屋台巡行 本 堂 御開帳奉賛会大法要 本 堂 結願大法要 本 堂 前立本尊御還座式

※諸般の事情により、予告なく変更・中止になる場合があります。

善光寺毎日の行事



お朝事

日の出とともに本堂で始まる、善光寺全山の僧侶が出仕して勤める厳かな法要。毎日欠かさず行われています。

※開始時間は日の出に合わせて変わります。
詳しくは、「善光寺公式HP」をご覧ください。



お数珠頂戴

お朝事の導師を務める大勧進貫主、大本願上人が本堂を往復する際、参道にひざまずく参拝者の頭を数珠でなでて、功德を授けます。

たくさんのご縁と結ばれる 善光寺表参道まち歩き

ながので出会う 七柱の神様

◆善光寺七福神

長野駅から善光寺表参道界隈には、福をもたらす七柱の神様「七福神」が祀られています。金運招福から子孫繁栄、商売繁盛までご利益もそれぞれ。善光寺までの道のりを歩きながら、七福にふれてみませんか。

各所には御朱印があり、最後に善光寺さんの御朱印をいただければ、さらにご利益もあがることでしょう。

大黒天 (大黒主神社) 福祿寿 (後援町秋葉神社) 弁才天 (往生院) 布袋 (THE FUJIYA GOHONJIN) 恵比寿 (西宮神社) 毘沙門天 (善光寺世尊院釈迦堂)

●御朱印が受けられる時間 / 8:00~16:00(専用色紙800円、各御朱印100円、善光寺御朱印200円)
●専用色紙は、かるかや山西光寺、西宮神社、善光寺世尊院釈迦堂、長野市観光情報センター(JR長野駅構内)にあります。
■お問合せ / 西宮神社 TEL.026-235-6633

がんばって、楽しくクラフト体験

◆クラフト体験

「お数珠づくり」や「匂い袋づくり」、「抹茶体験」など、善光寺の界隈では旅の思い出に残る作品づくりができます。かるかや山西光寺での「絵解き」も人気です。

の のんびりとまち歩き、拠点はこちら

◆新しいホットスポット誕生!

長野五輪の表彰式会場だったセントラルスクエアが、大型公園として再整備されました。また、長野県立美術館・東山魁夷館の全面改装に伴い、桜の名所城山公園一帯が生まれ変わりました。新たな魅力を発信する公園にご注目ください。

で 豪傑の逸話も残る伝説スポット

◆伝説を巡り散策

源頼朝ゆかりの古刹に鎮座する「出世大仏(十念寺)」、左甚五郎が彫ったといわれる「龍に乗った天女(熊野神社)」、火事に遭わない不思議な神社「秋葉神社」など、善光寺表参道には不思議な靈験や伝説が伝わる名所が点在しています。

縁 えにしをつないで、ガイドとおさんぽ

◆ガイドと歩く善光寺表参道

北国街道の宿場町として賑わい、今も歴史情緒薫る町並みが残る善光寺表参道。ガイドと一緒に散策しながら、長野の歴史や文化を体験します。

■お申込み・お問合せ
長野市ガイド協会 TEL.026-225-9911

結 むすばれる縁は異なる味のもの

◆善光寺土産&グルメ

宿坊の精進料理や名物の門前そば、長野市民のソウルフードおやきなど、食べ歩きも楽しい表参道界隈。善光寺参りの「手形」といわれた七味唐辛子や味噌、工芸品など土産も充実しています。



一茶の句碑
滑稽酒脱俳句で民衆に親しまれた江戸時代の俳人小林一茶。原州生まれの一茶の俳句には、御開帳を詠んだものもあります。善光寺表参道などの句碑を巡りながら、昔の旅路に思いを馳せてみませんか。

ちやういし
十八丁の丁石
長野駅から善光寺まで、表参道沿い約109m(一丁)ごとに丁石が置かれています。18の由來は、阿彌陀如来の「四十八の大願」のうち18番目の「念仏往生の願」に由来するもの。道しるべとなる丁石を辿りながら、極楽往生へと導きます。※一丁と二丁の丁石は、善光寺境内になるため設置されていません。

文化を楽しむ、未来へ縁を結ぶ

◆日本一の門前町大縁日

善光寺御開帳にあわせて、音楽や伝統芸能などのイベントで長野を訪れる皆さまを真心こめてお迎えいたします。善光寺へと続くご縁ストリート。門前町ならではの活気ある雰囲気をお楽しみください。

ながのご縁を

お問合せ
ながの観光コンベンションビューロー
TEL.026-223-6050 FAX.026-223-5520
https://www.nagano-cvb.or.jp/



*掲載情報は、令和4年1月現在の情報です。

01 上越市

高田城址公園観桜会

毎年4月上旬には、高田城址公園とその周辺に約4,000本の桜が咲き誇ります。ボンボリに照らされて映える桜の美しさは、日本三大夜桜の一つといわれています。観桜会期間中ライトアップされている高田城三重櫓と「さくらロード」も人気です。

●上越観光コンベンション協会 TEL.025-543-2777 https://joetsukankonavi.jp/

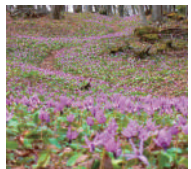


02 妙高市

花*残雪 妙高の春

残雪の妙高山・火打山を背景に斐太歴史の里、鯉ヶ尾城跡のカタクリ、いもり池のミズバショウ、笹ヶ峰夢見平のイチゲなど、妙高の春は可憐な花々が咲き乱れます。

●妙高高原観光案内所 TEL.0255-86-3911 https://www.myoko.tv/



03 信濃町

残雪の黒姫山と春の花

ゴールデンウィークには残雪を背景にリュウキンカやコブシ、オヤマザクラが彩る黒姫山。新緑に包まれる野尻湖。春も信濃町には見どころいっぱい。

●信州しなの町観光協会 TEL.026-255-3226 https://www.shinano-machi.com/

04 飯綱町

いいづな花めぐり

リンゴの花、ミズバショウ、リュウキンカ、ニリンソウ、カタクリ、桃の花など、町のいたるところで花が咲き乱れます。長野市から30分。霊仙寺湖周辺では高原の景色が楽しめます。

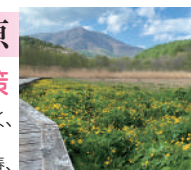
●飯綱町観光協会 TEL.026-253-7788 https://1127.info/

05 長野市 飯綱高原

木道を歩いて湿原散策

大座法師池から戸隠方面に続く、信濃路自然歩道。入口に広がる大谷地湿原には春、ミズバショウ、ニリンソウ、リュウキンカなどが咲き競います。湿原を約30分ほどで一周できる散策コースも素敵です。

●飯綱高原観光協会 TEL.026-239-3185 http://iizuna-navi.com/



06 長野市 戸隠

いにしへの道、悠々と

5月、雪残る戸隠連峰の麓に花々が咲き誇る「戸隠の春」の訪れ。戸隠神社奥社に続く「戸隠古道」の散策に最適な時期です。豊かな自然に癒されながら歴史の道を歩きましょう。

●戸隠観光情報センター TEL.026-254-2888 https://togakushi-21.jp/

07 長野市 鬼無里

ミズバショウと伝説の里

樹齢400年のブナ原生林と、4月末～5月下旬に咲くミズバショウ大群落。美しい奥穂花自然園のほか、鬼女紅葉の伝説をたどるフットパスコースも整備されています。

●鬼無里観光振興会 TEL.026-256-3188 https://kinasa.jp/

08 長野市 松代

回向柱奉納の地 松代へ

令和4年は真田信之が松代へ入部して400年の節目を迎えることから、四季折々に記念イベントを計画しています。4月には「松代春まつり」が開催されるなど、桜と杏が咲き誇る、回向柱奉納の地「松代」を散策してみましょう。

●信州松代観光協会 TEL.026-278-3366 https://www.matsushiro-kankou.com/



09 小川村

最も美しい村・小川村

全国的に有名な郷土食「おやき」は村内各所で食べることができます。旬の地元野菜が入ったおやきはまた格別!いろいろな味のおいしいおやきと北アルプスの大パノラマ、満天の星たちがおもてなしします!

●小川村観光協会 TEL.026-269-2323 http://kankou.ogawamura.jp/

10 長野市 信州新町

アート&グルメの町

3月下旬～4月上旬に見頃を迎える「ろうかく梅園」は、小梅と約30品種の紅梅が約1,000本咲き誇ります。周辺の店舗ごとに味の違う特製タレを使用した名物の「ジンギスカン」もお楽しみください。

●信州新町観光協会 TEL.026-262-2245 http://shin-machi.com/

11 坂城町

バラと歴史と温泉満喫

5月中旬～6月上旬、千曲川の畔に香り高いバラが咲き誇ります。村上義清公の葛尾城跡に登るのも人気。日帰り温泉「びんぐし湯さん館」露天風呂からの眺めは絶景です。

●ステキさき観光協会 TEL.0268-75-6207 https://sakaki-kanko.com/



12 千曲市 戸倉上山田温泉

信州屈指の「美肌の湯」・あんずの里

戸倉上山田温泉は「美肌の湯」として知られ、善光寺参りの精進落し湯として昔から親しまれています。(写真:左) 善光寺大本願別院 城山観音寺は、戸倉上山田温泉にあります。(写真:中) 「一目十万本」といわれる日本一のあんずの里です。3月下旬～4月上旬に桜より一足早く一面淡いピンク色に包れます。(写真:右)

●信州千曲観光局 TEL.026-261-0300 https://chikuma-kanko.com/



13 飯山市

唱歌「朧月夜」の舞台

「菜の花畑に入り日薄れ…」で始まる唱歌「朧月夜」の景観が今も残る菜の花公園。残雪抱く開田山脈と千曲川を眺望し、辺り一面黄色の絨毯のように広がる菜の花畑は圧巻です。

●信越自然郷 飯山駅観光案内所 TEL.0269-62-7000 https://www.iiyama-ouendan.net/

14 野沢温泉村

野沢温泉の春を満喫!

信州の北に位置する野沢温泉は、豊富に湧き出る温泉と豊かな自然がいっぱいの信州を代表する観光地です。湯けむり漂うアットホームな温泉街で、のんびり湯めぐりを楽しみませんか。

●野沢温泉観光協会 TEL.0269-85-3155 https://nozawakanko.jp/

15 栄村

自然の恵みを味わおう

豪雪地帯・栄村でとれる山菜は、種類も豊富。天ぷらから和え物、おひたしなど多彩な調理法で味わってみてください。道の駅信越さかえなどで購入できます。

●栄村秋山郷観光協会 TEL.0269-87-3333 http://sakae-akiyamago.com/



16 木島平村

絶景の温泉と 幻の滝

馬曲川上流の山ふとこに湧く「馬曲温泉望郷の湯」。
野天風呂からは四季折々の絶景が楽しめます。
5月8日、10月第4日曜日の年2回には、絶景「幻の滝」にも出会えます。

●木島平村観光振興局 TEL.0269-82-2800
<https://kijimadaira.org/>

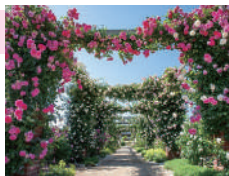


17 中野市

一本木公園は バラ公園

「バラ公園」とも呼ばれる一本木公園は、5月下旬～6月中旬まで「なかのバラまつり」が開催され、公園内には850種3,000株のバラが咲き誇ります。

●信州なかの産業・観光公社 TEL.0269-23-2211
<https://www.nakanokanko.jp/>



18 山ノ内町

圧巻の雪の回廊

冬期間閉鎖されている国道292号志賀草津高原ルート。高さ5m以上にもおよぶ雪の回廊が現れます。
志賀高原と草津温泉を結び国道最高地点を通過するこのルートは、毎年4月下旬に開通します。

●山ノ内町観光連盟 TEL.0269-33-2138
<https://www.info-yamanouchi.net/>

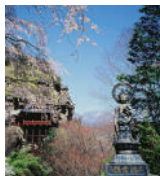


27 小諸市

「牛に引かれて善光寺参り」布引観音

小諸市にある「布引観音」。春はしだれ桜、秋には紅葉との調和が美しい。「牛に引かれて善光寺参り」伝説発祥の地でも知られている。善光寺とも深い繋がりのある歴史的な寺院です。ぜひ小諸市へお立ち寄りください。

●こもろ観光局 TEL.0267-22-1234
<https://www.komoro-tour.jp/>

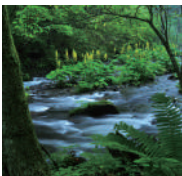


28 軽井沢町

美しい村、軽井沢へ

自然豊かな高原リゾート軽井沢。4月～5月はエネルギー満ち溢れる新緑の季節。
バードウォッチングやハイキングなど、自然をゆっくり満喫しながら、軽井沢での滞在をお楽しみください。

●軽井沢観光協会 TEL.0267-41-3850
<https://karuizawa-kankokyokai.jp/>



29 佐久市

信州佐久は酒の郷

市内には酒蔵が11蔵、これだけ密に酒蔵が存在する地域は全国的にも稀。
佐久には酒造りに欠かすことのできない「気候・水・米」の三拍子が揃います。ぜひお立ち寄りください。

●佐久市観光協会 TEL.0267-62-3285
<http://www.sakukankou.jp/>



19 小布施町

栗と北斎と花の町

晩年、葛飾北斎が多くの肉筆画を残した小布施。かつて献上品ともなった名産の栗は今も小布施の味覚として親しまれ、街角の花々は訪れた人を優しく迎えます。散策をしながら芸術・特産の美味をお楽しみください。

●小布施文化観光協会 TEL.026-214-6300
<http://www.obusekanko.jp/>



20 須坂市

ノスタルジックな蔵の町・須坂

日本さくら名所100選に選ばれている臥竜公園は、池の周りに約160本、公園全体で約600本の桜が咲き誇ります。池に舞い散る花吹雪や水面に映る夜桜は幻想的。

◆お上人さまが愛した品々展(仮称)・会場/須坂クラシック美術館
●須坂市観光協会 TEL.026-215-2225
<https://www.suzaka-kankokyokai.jp/>

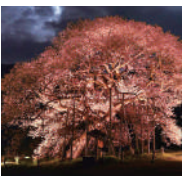


21 高山村

温泉としだれ桜が 待っています

開湯200年を超える山田温泉をはじめ源泉の異なる8つの温泉と、樹齢600年の「坪井のしだれ桜」のほか、樹齢数百年のしだれ桜が咲く「温泉としだれ桜の里」高山村にお越しください。

●信州高山村観光協会 TEL.026-242-1122
<https://shinshu-takayama-onsenkyo.com/>



春本番の信州各地に ちょっと足をのばして

御開帳開催期間中、周辺の各市町村でも催事やイベントが盛りだくさん。

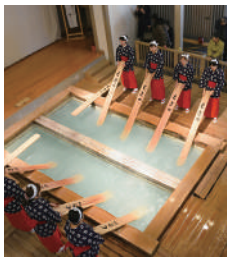
信州の風景とあいまって見頃を迎えた花スポットも見逃せません。「花より団子」の方は、各地の特産品をどうぞ。

22 草津温泉

「草津よいとこ一度はおいで」の 唄で名高い名湯

自然湧出量日本一を誇る草津温泉。草津温泉の中心にある湯畑と町の西側に位置する西の河原公園では、日没後から24時頃まで通年でライトアップを行っており、幻想的な景色が楽しめます。

●草津温泉観光協会 TEL.0279-88-0800
<https://www.kusatsu-onsen.ne.jp/>



23 嬬恋村

秘境に咲く花々

2,000m級の山々に囲まれる嬬恋村は、まさに秘境。4月下旬には約300本の桜並木が満開になり、毎年5月中旬～6月上旬には浅間高原しゃくなげ園まつりが開催されます。ぜひ一度お越しください。

●嬬恋村観光案内所 TEL.0279-97-3721
<https://www.tsumagoi-kankou.jp/>



24 上田市

歴史と文化、 自然のまち信州上田

戦国の名城「上田城」は、真田氏のシンボルとして知られ、年中いつでも散策が楽しめます。春には桜が、秋には紅葉が古城を彩り、賑やかなまつりで皆さまをお迎えします。

●信州上田観光協会 TEL.0268-71-6074
<https://ueda-kanko.or.jp/>



25 上田市 別所温泉

歴史ある寺社仏閣& 温泉街に咲く桜

4月初旬～中旬にかけて歴史あるお寺やレトロな温泉街の街並みにたくさんの桜が咲きます。別所温泉では時期に合わせて提灯でライトアップ。首都圏や市街地から1～2週間遅れて咲くので、時期をずらして桜が楽しめます。

●別所温泉観光協会 TEL.0268-38-3510
<https://www.bessho-spa.jp/>

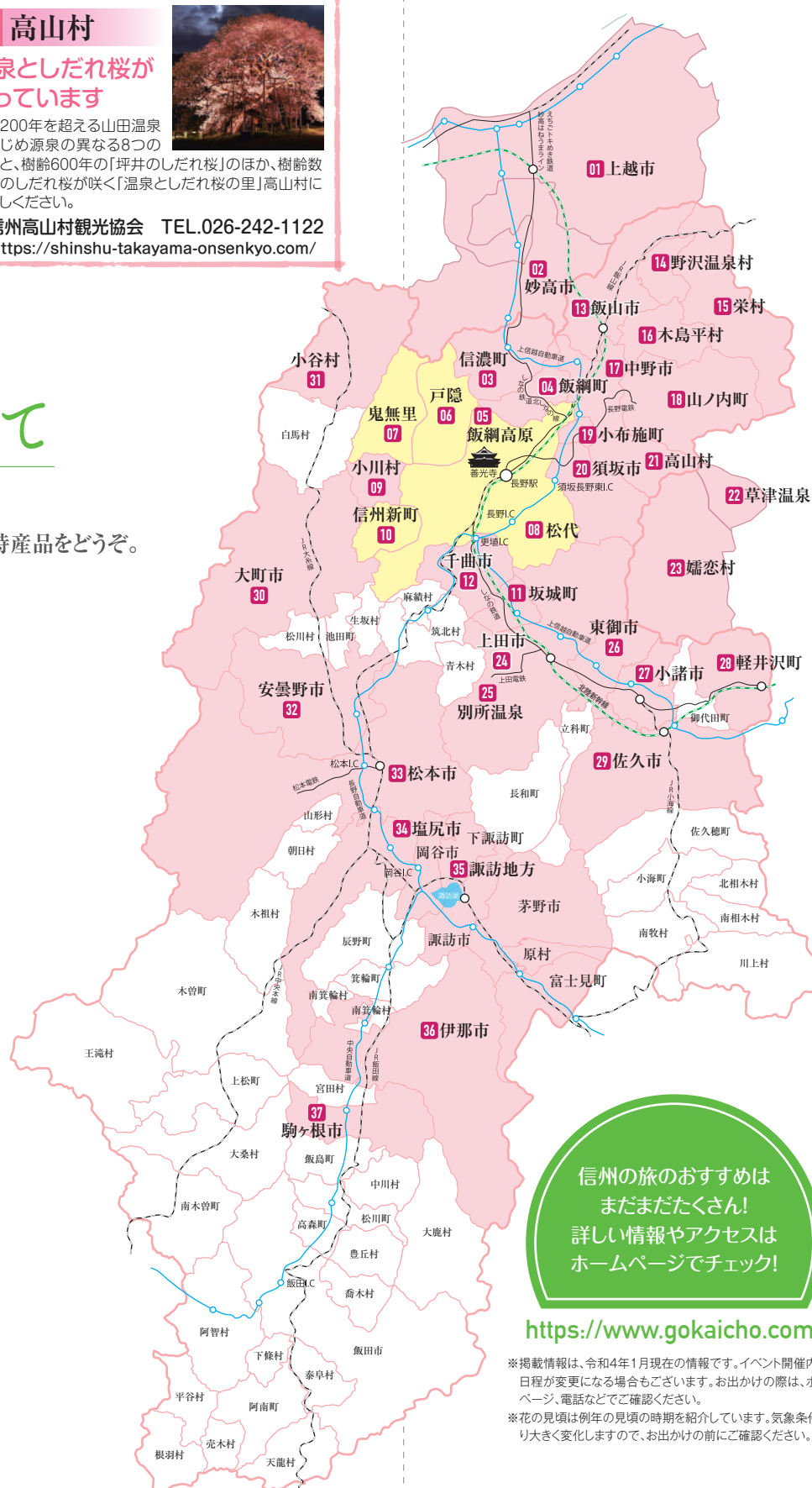


26 東御市

湯の丸高原 レンゲツツジ大群落

湯の丸高原のレンゲツツジは、国の天然記念物にも指定され、初夏6月下旬には湯ノ丸山の山肌を60万株のツツジが鮮やかな朱色の絨毯のように染め上げます。湯の丸高原つつじ祭イベントは、6月下旬です。

●信州とうみ観光協会 TEL.0268-62-7701
<https://tomikan.jp/>



信州の旅のおすすめは
まだまだたくさん!
詳しい情報やアクセスは
ホームページでチェック!

<https://www.gokaicho.com/>

※掲載情報は、令和4年1月現在の情報です。イベント開催内容や日程が変更になる場合もございます。お出かけの際は、ホームページ、電話などでご確認ください。
※花の見頃は例年の見頃の時期を紹介しています。気象条件により大きく変化しますので、お出かけの前にご確認ください。

33 松本市

桜が彩る松本城と 山岳リゾート上高地

4月、松本城は薄紅に染まる桜で彩られます。昼は北アルプスとの、夜はライトアップされた天守との景観をお楽しみいただけます。また、5月～6月は残雪の穂高連峰が映える、爽やかな上高地もおすすめです。

●松本観光コンベンション協会 TEL.0263-34-3295
<https://www.matsumoto-tca.or.jp/>



34 塩尻市

ワインのまち塩尻

塩尻産のぶどうとワインは国内外で高い評価を得ています。市内には売店や試飲所を設けているワイナリーもありますので、お気に入りの1本を見つけに巡ってみませんか。

●塩尻市観光協会 TEL.0263-88-8722
<https://tokimeguri.jp/>

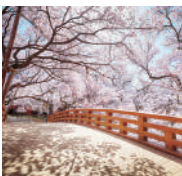


36 伊那市

天下第一の桜

タカトコヒガンザクラのやや小ぶりでも赤みを帯びた花の可憐さと約1,500本の樹林は、県天然記念物の指定を受け、日本さくら会の「さくら名所100選」に選ばれています。高遠城址公園さくら祭りは、4月1日～30日(予定)。

●伊那市観光協会 TEL.0265-78-4111(代)
<https://inashi-kankoukyokai.jp/>



35 諏訪地方

奥山の大木 里に下りて神となる

諏訪地域に鎮座し、国内最古の神社の一つとされる「諏訪大社」。寅と申の年に宝殿の新築と社殿の四隅の柱を建て替える「式年造営御柱大祭」、通称「御柱祭」は令和4年春に開催されます。

●諏訪地方観光連盟 TEL.0266-58-1123
<https://www.suwa-tourism.jp/>



37 駒ヶ根市

宝積山光前寺 しだれ桜

早太郎伝説の伝わる宝積山光前寺。4月中旬、境内の約70本のしだれ桜が見頃を迎えます。見頃の時期にはライトアップも開催(予定)され、より一層彩りを添えます。

●駒ヶ根市観光案内所 TEL.0265-81-7700
<http://www.kankou-komagane.com/>

