

四国遍路へ出かけよう!



あなたにぴったりの遍路旅がきっと見つかる!

四国遍路は、西暦800頃に弘法大師(空海)が巡った八十八の札所をたどる、壮大な寺院巡拝の旅。白装束に鈴の音のお遍路さんのイメージを持つ人も多いはず。最近は、健康増進やアウトドア、またはまたパワースポット巡りとしても注目を集めている。非日常的な空間で心の洗濯ができる癒し旅を、あなたも体験してみませんか?

修行先祖供養

- 病気平癒 家内安全
- 癒し リセット
- 健康増進 朱印集め

お遍路グッズ

普及費でもかまいませんが、伝統的なスタイルも人気です。まわりの人が「お遍路さん」とわかるように、通称を覚えてもらい、あなたたいい思い出を交わすこともできるでしょう。札所にて売られているところも多く、旅の途中でも必要に応じて購入することもできます。

- お遍路帳
- お遍路杖
- お遍路巾着
- お遍路のしるし

遍路スタイルいろいろ

遍路の方法は人によって様々。歩きツアー・バス・自転車・オートバイや電車で。バス・タクシーなどの公共交通機関を利用する方法もあります。

歩き遍路

全行程を歩く(1日30km程度)。伝統的修行を重視したスタイルですが、観光気味にも費用、体力、日程を要します。それだけ達成感もひとしおです。

メリット

- 達成感や達成後の充実感が大きい
- 道中での雑談や交流が楽しめる
- 健康増進や運動効果がある
- 自分自身を鍛えられる

デメリット

- ある程度の体力・精神力が必要
- 体質に合わせた服装が必要
- 道中での雑談や交流が苦手な人は、周りを気にする必要がある
- 道中での雑談や交流が苦手な人は、周りを気にする必要がある

ツアーバス遍路

全行程を歩く(1日30km程度)。伝統的修行を重視したスタイルですが、観光気味にも費用、体力、日程を要します。それだけ達成感もひとしおです。

メリット

- 修行や礼拝の時間や方法が決められているので、迷わず進められる
- 道中での雑談や交流が楽しめる
- 健康増進や運動効果がある
- 自分自身を鍛えられる

デメリット

- ある程度の体力・精神力が必要
- 体質に合わせた服装が必要
- 道中での雑談や交流が苦手な人は、周りを気にする必要がある
- 道中での雑談や交流が苦手な人は、周りを気にする必要がある

車遍路

全行程を歩く(1日30km程度)。伝統的修行を重視したスタイルですが、観光気味にも費用、体力、日程を要します。それだけ達成感もひとしおです。

メリット

- 自由なプランニングができる
- 道中での雑談や交流が楽しめる
- 健康増進や運動効果がある
- 自分自身を鍛えられる

デメリット

- ある程度の体力・精神力が必要
- 体質に合わせた服装が必要
- 道中での雑談や交流が苦手な人は、周りを気にする必要がある
- 道中での雑談や交流が苦手な人は、周りを気にする必要がある

お遍路はパワースポットがいっぱい

霊験やご利益を求めると遍路の旅そのものが自然系から宗教系までパワースポットの集まる舞台。願い事がかなったり、はたまたま神楽が聞こえるかも?

60 峰ヶ守 奥の院 望月ヶ森

夜建立の岩屋大師が一夜にして岩屋に石を築き上げた。望月ヶ森の地を巡り、奥の院の修行をしたとされる。望月ヶ森の地を巡り、奥の院の修行をしたとされる。望月ヶ森の地を巡り、奥の院の修行をしたとされる。

66 高松寺 阿利帝母(鬼子母神)

鬼子母神(鬼子母)は、他人の子をも愛する心を持つ神様。高松寺には、鬼子母神の御姿が祀られており、お遍路さんには、鬼子母神の御姿を見ていただくことが縁起が良いとされています。

67 高松寺 阿利帝母(鬼子母神)

鬼子母神(鬼子母)は、他人の子をも愛する心を持つ神様。高松寺には、鬼子母神の御姿が祀られており、お遍路さんには、鬼子母神の御姿を見ていただくことが縁起が良いとされています。

68 高松寺 阿利帝母(鬼子母神)

鬼子母神(鬼子母)は、他人の子をも愛する心を持つ神様。高松寺には、鬼子母神の御姿が祀られており、お遍路さんには、鬼子母神の御姿を見ていただくことが縁起が良いとされています。

伝説や言い伝えで理解も倍増

別格 8番十夜ヶ橋

橋の下におられるお大師様。空海が渡海の際、橋の下で野宿したところ、粟玉の霊に感ずられた。一夜経たぬうちに、粟玉の霊に感ずられた。一夜経たぬうちに、粟玉の霊に感ずられた。

42 仏木寺

動物にフレンドリーなお寺。動物にフレンドリーなお寺。動物にフレンドリーなお寺。動物にフレンドリーなお寺。

38 金剛嶺寺

濃緑の樹海と断崖に佇む波瀾。濃緑の樹海と断崖に佇む波瀾。濃緑の樹海と断崖に佇む波瀾。濃緑の樹海と断崖に佇む波瀾。

31 竹林寺

土佐の高知の里や橋で、坊さんかんざし買ってみました。土佐の高知の里や橋で、坊さんかんざし買ってみました。土佐の高知の里や橋で、坊さんかんざし買ってみました。

86 志度寺

わが子を思い命を懸けた母。わが子を思い命を懸けた母。わが子を思い命を懸けた母。わが子を思い命を懸けた母。

68 神忠院

「このじい」の由来となった伝説。このじい。このじい。このじい。このじい。

18 恩山寺

お母さん思いの空海。お母さん思いの空海。お母さん思いの空海。お母さん思いの空海。

19 立江寺

伝説は悪行をお見通し。伝説は悪行をお見通し。伝説は悪行をお見通し。伝説は悪行をお見通し。

お役立ち情報

- 四国遍路ナビ
- 四国八十八箇所霊場の寺院で構成している組織のサイト
- 別格 20霊場の寺院で構成しているサイト
- へんろ保存協議会
- へんろ保存協議会
- へんろ保存協議会
- へんろ保存協議会
- へんろ保存協議会
- へんろ保存協議会

プランニングアドバイス!

四国遍路の旅は最短距離でも1,300kmに及ぶ。大規模な山もあれば谷もある変化に富んだ旅路です。まずは、ルートをしっかり把握し、余裕のある旅を計画しましょう。

計画の目安

- 所要日数: 約30日
- 所要距離: 約1,300km
- 所要費用: 約10万円

現地での過ごし方

- 山道も無理せずゆくりがおススメ!
- 混雑も譲り合いの気持ちで!
- 食事も遍路の楽しみ!

88ヶ所巡拝に準ずるご利益「7ヶ所まいり」

ご利益一冊(250円) 歩行距離 20.5km 所要時間 50分

ポイント

- 7ヶ所まいり
- 7ヶ所まいり
- 7ヶ所まいり
- 7ヶ所まいり

里山風景といしへの面影を残す道

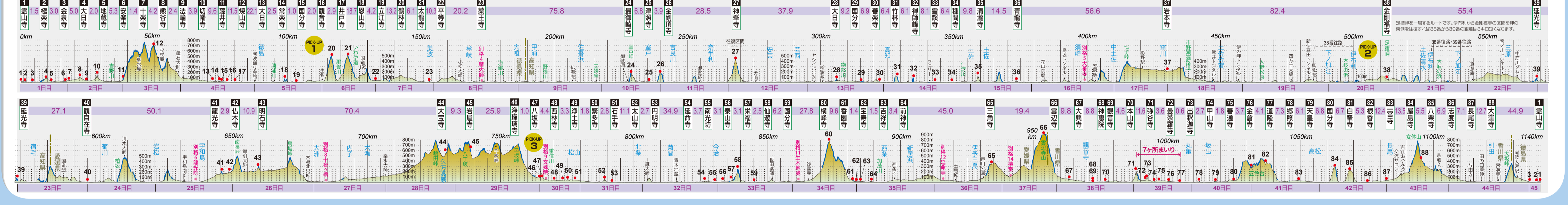
里山風景といしへの面影を残す道。里山風景といしへの面影を残す道。里山風景といしへの面影を残す道。

「海はひろいな、大きいな〜♪」の道

「海はひろいな、大きいな〜♪」の道。海はひろいな、大きいな〜♪の道。海はひろいな、大きいな〜♪の道。

観光問い合わせ先

- 徳島総合観光案内所
- 高松市インフォメーションプラザ
- 松山観光案内所
- 高松市インフォメーションプラザ
- 高松市インフォメーションプラザ
- 高松市インフォメーションプラザ



食

- 伊予子よかん
- 三津浜焼き
- 石手寺宝物館
- 内子町並み
- 焼き餅
- 今治やきとり
- 竹生寺宝物館
- 足湯万次郎

スイーツ、グルメ、癒し、見どころ、お遍路さん御用達!!

寄り道遍路

せっかくなので、お遍路の旅には、お遍路さんの御用達!!

- 1 安曇野ちびるん市場
- 2 サンパル一四万十
- 3 室戸岬メイト
- 4 南阿波石上かつ井
- 5 さばせ大福
- 6 足湯の駅日和佐
- 7 たつえ餅
- 8 とくまパーカー

宿

- 島坂まんじゅう
- しろうゆ
- 普通寺宝物館
- 打込みうどん(88番札所前)
- とくまパーカー
- カクパン

知っておこう! 札所での作法

- 山門
- 水屋
- 鐘樓
- 本堂
- 大師堂
- 納経所
- 山門

HENRO 豆知識

それは素敵な仏様と出会う旅。

【札所のご本尊】

- 如来(にょらい)
- 菩薩(ぼさつ)
- 明王(めいおう)
- 天部(てんぶ)

今昔物語(遍路の歴史)

四国遍路の歴史。今昔物語(遍路の歴史)。今昔物語(遍路の歴史)。今昔物語(遍路の歴史)。

