月の都千曲

月見の物語

「はるかなる月の都に契りありて
秋の夜すがらに更級の月」と
詠んだ藤原定家（※ふじわらのていか）のころから、
”月の都“千曲は、月見の名所でした。
令和2年に日本遺産にも認定された
「月見の物語」。
それを紐解いていきましょう。

※『新古今和歌集』の選者で鎌倉時代の歌人（1162～1241年）

日本遺産「月の都 千曲」

～姨捨の棚田がつくる摩訶不思議な月景色「田毎の月」～

千曲市は東西から迫る山の間を南北に千曲川が流れる狭長な地形にあり、古来より人々が行きかってきた交通の要衝の地でした。特に千曲川の西にひときわ高くそびえる冠着山（かむりきやま）（古くは姨捨山と呼ばれた）の麓は古くから月見の名所として知られてきました。

人々は、千曲の地で一夜を過ごすとき、夜空にたたずみ、棚田にたゆたい、山々にかかる月の光を楽しんだことでしょう。

今なお「月見の地」として続く「月の都 千曲」のストーリーは、月を楽しむ3つの柱で構成されています。

1. 月見にまつわる『古人の「遊び心」』
2. 棄老物語や棚田の耕作などの『先人の「暮らしの知恵」』
3. 伝統を継承しつつ『今に生きる「月見の地」』

それでは、これらの柱ごとに、
月見の物語を紐解いていきましょう……。

日本遺産とは

「日本遺産（Japan Heritage）」は、地域の歴史的魅力や特色を通じて文化・伝統を語るストーリーを文化庁が認定したものです。

いにしえからの妙なる絶景「月の都 千曲」で遊ぶ、知る、見る

千曲市日本遺産センター

旧姨捨観光会館が令和3(2021)年12月に「千曲市日本遺産センター」としてリニューアルオープン。館内では、観光客への観光案内や情報発信のほかに、「月の都 千曲」の日本遺産認定ストーリーを紹介する展示室やレストランを併設しています。

所 千曲市大字八幡4993-1 273-4170
開 10:00～18:00
休 月曜日、祝日の翌日

レストラン「イル・ルーナ」

イタリア料理が楽しめる「イル・ルーナ」。大きな窓からは善光寺平の景色を望むことができます。イル・ルーナとは、イタリア語で「月」という意味。

285-0672 休 月・火曜日

月の都千曲

～月見の物語～
3つのストーリー

日本遺産として語られる3つの物語。
千曲の地で育まれた月見の文化は、時を経て変わりゆくもの、
変わらぬものがある、ということを私たちに教えてください。

❶ 古人の「遊び心」

歌で遊ぶ

更級や姨捨は古来より都人が憧れ、文人墨客が訪れる月見の名所でした。長楽寺周辺には更級の月を詠んだ句碑が多く建てられています。時代を経ても変わらない名月への憧れと感性をたどっていきましょう。

平安時代

「くまもなき月の光をながむれば まづ姨捨の 山ぞ恋しき」
西行法師『山家集』

「我が心慰めかねつ 更級や姨捨山に 照る月を見て」
詠み人知らず『古今和歌集』

鎌倉時代

「はるかなる 月の都に契りありて 秋の夜すがらに 更級の月」
藤原定家

室町時代

「待宵や 明日の夜の 月は貯れず」
荒木田守武

江戸時代

「おもかげや 姨ひとりなく 月の友」
松尾芭蕉『更科紀行』

「信濃では 月と佛と おらが蕎麦」
小林一茶

昭和時代

「更級や 姨捨山の 月ぞこれ」
高浜虚子

絵で遊ぶ

「田毎の月」は、実際には一目ですべての棚田に映る月が見えることはなく、畔道を歩きながら目を移せば次々に田ごとに映った月影を見ることができるというものです。しかし、浮世絵や錦絵によって、すべての水田に月が映る摩訶不思議な情景が世間のイメージとなり伝わっていきました。

◀浮世絵
「信濃更科田毎月鏡台山」 歌川広重 作

▲錦絵
「更科田毎の月」 揚州周延 作

❸ 今に生きる「月見の地」

伝統的な月見の場所

長楽寺は芭蕉の来遊以降、月見の行楽地となりました。いまでも満月の前後には長楽寺月見殿でコンサートが開かれ、月と音楽の夕べを楽しむことができます。また、中秋の満月の前後には、長楽寺を中心に観月祭が行われ、境内は月見や吟行をする人々で賑わいます。

新たな月見の場所

ＪＲ姨捨駅はプラットホームから、千曲川対岸の山並みから昇る月を眼の高さに望むことができる「月の駅」です。

名月を見て心を癒し（月見）、戸倉上山田温泉で疲れを取り（湯見）、地酒や真っ白なさらしな蕎麦、おしぼりうどん、おやきを味わう（味見）を楽しんだら、体験した物語を誰かに伝えていきましょう。

❷ 先人の「暮らしの知恵」

老親の知恵が生きる「棄老」の逸話

姨捨山は年老いた母を山に捨てる棄老の山(※)として登場し、史実であるかのように語り伝えられています。しかし、実際にはそのような事実はなく、父母や古老の知恵を大切にし、感謝する教えを育む説話・文学なのです。

※棄老の逸話
「捨てられた母が、自分の帰路を案じ、か細い手で木の枝を折って、道しるべにした母の気持ちに感じ入った息子が親を連れ戻し、姨捨てをやめた」、「国から難題を出された際に、ある息子が隠し養っていた老親の知恵によって解決することができ、それ以来、老人を捨てることを改めた」などの語られ方がある。

湧水を利用した棚田の知恵

現在の「姨捨の棚田」は、江戸時代の初め頃に、湧水を貯める「大池(おおいけ)」が斜面の上流に築かれ、斜面全体に水田が拓かれるようになってできました。今でも、当時からの水利慣行によって、大池の水「樋水(ひのみず)」で耕作が行われています。

月と実りに感謝し、絆を育む知恵

祭りや棚田の耕作は、地域の絆を育んでいます。

冠着神社

月の神、月読尊(つくよみのみこと)をはじめとする神々が祀られ、毎年7月下旬に地元の人々により祭事が行われます。

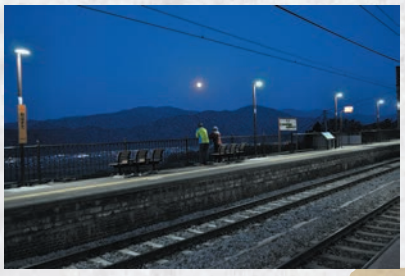
武水別神社(たけみずわけ)

「やわたの神さま」と親しまれ、中秋の満月の頃に仲秋祭が行われ、獅子舞神楽が奉納されます。また、12月に戦国時代から記録が残る「大頭祭(だいとうさい)」と呼ぶ新嘗祭(にいなめさい)が行われています。

月待ち行事

稲荷山の伝統的建造物群をはじめ市内の街かどには、「二十三夜塔」と刻まれた約50基の月待ち行事(※)の石碑が建てられています。

※月待ち行事は、信心の仲間が集まって月の出を待って祈願する行事で、石碑は行事を記念して建てられたものです。



月への想いは、時を超えて現代の私たちに伝わり、
将来へつながっていきます。

Chikuma City Photo Gallery

姨捨棚田ヒルクライム