祈る皇女 斎王のみやこ斎宮

日本遺産

JAPAN HERITAGE
日本遺産

ようこそ、斎王のみやこをめぐる物語へ

天皇に代わり伊勢神宮の天照大神に仕えた未婚の皇族女性、斎王。
制度が続いたおよそ660年の間、
伊勢へと旅立つ斎王に選ばれたのは、60人あまりいたとされています。
生まれ育った京の都を後にして、
伊勢へ来た斎王たちが日常を過ごしたのが、斎王のみやこ 斎宮です。
地元の人々によって神聖な地として守られてきた斎宮とその物語は、
平成27年4月24日、「祈る皇女斎王のみやこ 斎宮」として、
文化庁の「日本遺産」に認定されました。
斎王たちの祈りが紡いだ、いくつもの物語を読み解きながら、
斎王のみやこを偲ぶ旅へとご案内しましょう。

祈る皇女
斎王のみやこ 斎宮

❖ 斎王の始まり
3 大淀
4 佐々夫江行宮跡
5 カケチカラ発祥の地

❖ 都から斎宮へ
7 祓川

❖ 祈る斎王
9 斎王尾野湊御禊場跡（町指定史跡）

❖ 斎王と王朝文学
11 業平松
13 竹川の花園

❖ 斎宮での暮らし
15 斎宮跡出土品（国指定重要文化財）

❖ 斎王の解任
17 隆子女王の墓

❖ 幻の宮
19 斎王の森
21 竹神社（野々宮）

❖ 蘇る斎宮
23 斎宮跡（国指定史跡）

❖斎王の始まり

大淀（おおよど）

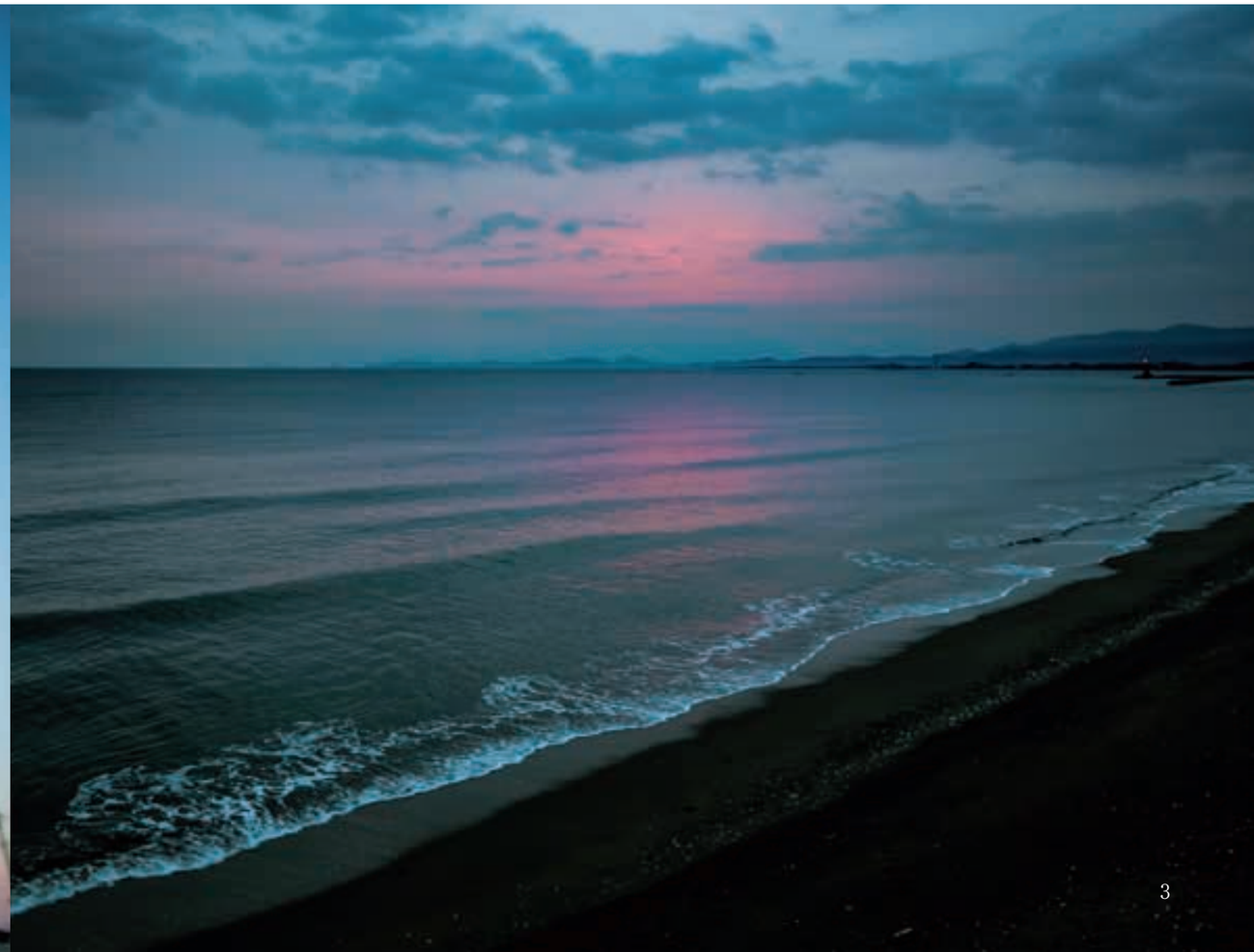
鎮座の地を求める旅、えにしを紡ぐ、大淀の海

斎王の歴史は日本神話の時代まで遡ります。語り継がれる伝説の初代斎王は、天照大神の杖代わりとなって奉仕する御杖代（みつえしろ）だった豊鍬入姫命（とよすきいりひめのみこと）です。そして、その跡を継ぎ、天照大神の鎮座の地を求めて大和国をお発ちになったのが倭姫命（やまとひめのみこと）でした。

伊賀、近江、美濃などの諸国を経た倭姫命は、伊勢の地（現在の明和町大淀）に入られます。それが斎王と明和町の縁の始まりとなったのです。

◆住所 明和町大字大淀

倭姫命が天照大神の鎮座場所を探してたどり着いた景勝地「大淀」



佐々夫江（ささふえ）行宮跡（あんぐうあと）

大淀に御船をとどめた伝説の地、佐々夫江の宮

伊勢の地に入られた倭姫命は、4年の月日を飯野高宮（いいのたかみや）（現在の松阪市）で過ごされました。そして、櫛田川を下った後、海に出て大淀に御船をとどめられ、佐々夫江行宮をおつくりになりました。現在、倭姫命が滞在されたとされるお宮は、山大淀の西、笹笛橋の近くののどかな田園風景と化し、唯一「竹佐々夫江旧跡」と刻まれた石碑が、伝説の地の存在を物語っています。

◆住所 明和町大字山大淀

カケチカラ発祥（はっしょう）の地（ち）

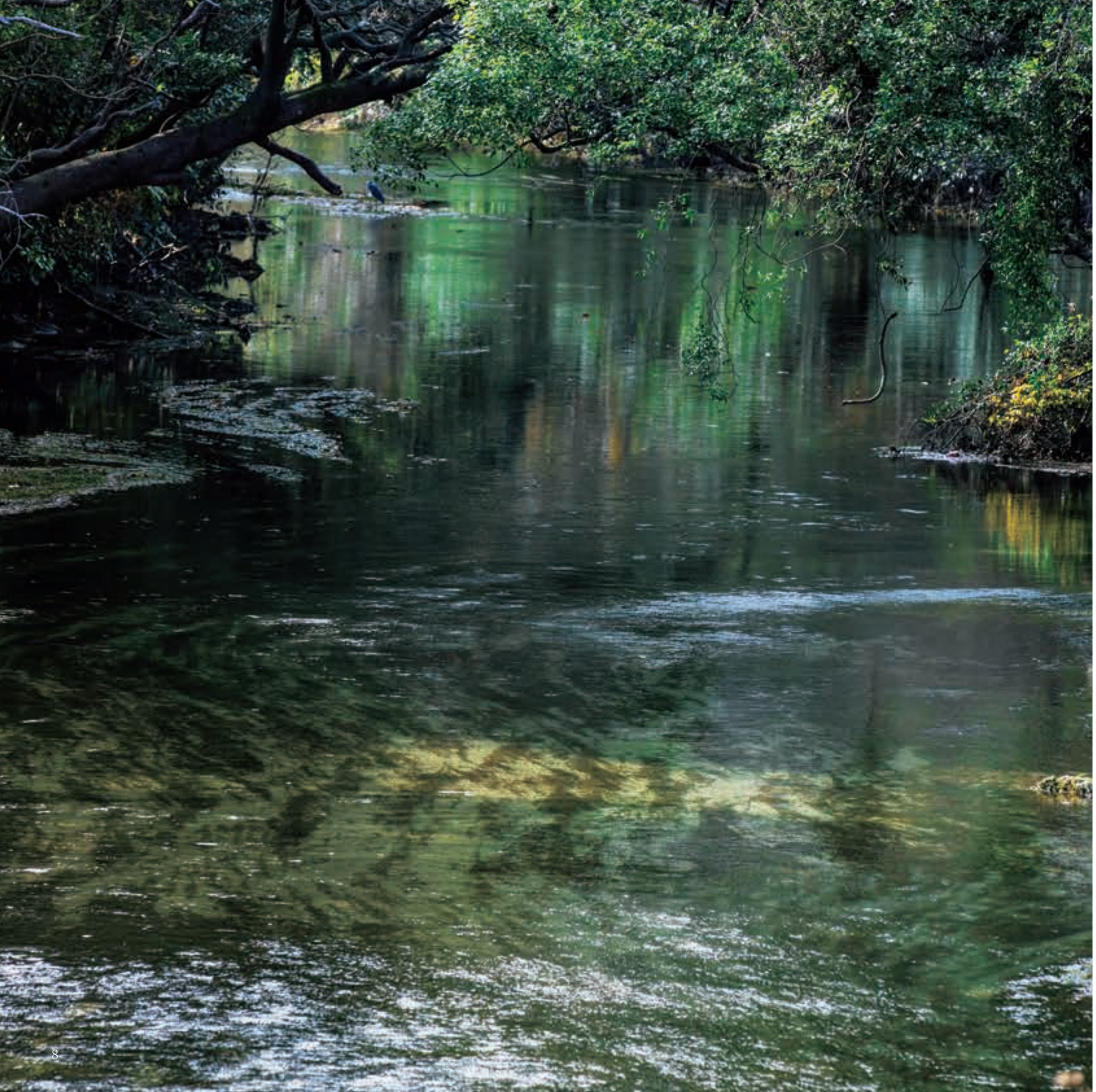
稲束に国の繁栄願い、祈りを結ぶ、カケチカラ

伊勢神宮が創建された後のある年の秋でした。一羽の真名鶴（まなづる）が昼夜鳴いており、倭姫命が使いをやると鶴は元が一株で八百の穂に茂った稲をくわえていたそうです。それを倭姫命が天照大神の御前に懸け奉られたのが「懸税（かけちから）」です。

この真名鶴伝説を起源とし、伊勢神宮では「神嘗祭（かんなめさい）」に、両正宮の内玉垣と各別宮の瑞垣に懸税を奉り、その年の実りに感謝します。伊勢神宮からおよそ15㎞離れた明和町に斎宮がつくられたのは、こうした伝説と深く関わっているのかもしれません。

カケチカラ発祥の地に立ち、青空を見上げれば、神宮をめざし古の時より天翔ける真名鶴の優美な姿が偲ばれます。

◆住所　明和町大字根倉



都から斎宮へ

祓川（はらいがわ）

祓川の流れで清めれば、
身も心も大神のもとへ

斎王制度が確立した後、斎王は天皇の即位に伴い、未婚の内親王または女王から占いによって選ばれました。斎王に任命されると宮中の初斎院（しょさいいん）や、野宮で心身を清める潔斎（けっさい）の日々を約3年過ごします。その後、いよいよ慣れ親しんだ都を離れ、数百人ともいわれる従者に伴われて、葱華輦（そうかれん）という輿に乗り斎宮へと向かいます。

「斎王群行（さいおうぐんこう）」と呼ばれる5泊6日のこの旅は、斎王にとって神に近づく禊祓（みそぎはらえ）の旅であり、聖なる神領の入り口を流れる「祓川」で斎宮に入る前の最後の禊を行ってようやく斎宮に着任します。静かに流れる祓川の水面を眺めていると、1000年の時を経て斎王の数奇な運命が映し出されるようです。

斎王尾野湊御禊場跡

浜での禊も今は昔、青空のもと、尾野湊御禊場跡

斎王が伊勢神宮へ赴き神事に奉仕するのは、6月と12月の月次祭（つきなみさい）と9月の神嘗祭（かんなめさい）の3回に限られていました。これを「三節祭」と呼びます。

斎王はこのうち神嘗祭にあたり、8月晦日に大淀の浜で禊（みそぎ）を行いました。

斎王が禊を行ったとされる尾野湊御禊場跡は、昔は海岸近くにありましたが、今は海岸からは少し離れています。

「斎王尾野湊御禊場阯」と記された大きな石碑を見上げれば、今なお不明とされる斎王の禊とはどのようなものであったか、思いを馳せる楽しさが青空のように広がっていきます。

◆住所 明和町大字大淀甲

❖斎王と王朝文学

業平松（なりひらまつ）

はかない恋物語を今に伝える、業平松

『伊勢物語』の「狩の使（かりのつかい）」段には、在原業平と斎王の恬子（やすこ）内親王がモデルと言われる恋物語として狩の使の男と斎王の一夜の出会いが描かれています。再び会いたいと願った業平でしたが、尾張国に行かねばならず、二人は別れを惜しんだ歌を詠み交わしました。地元では二人が歌を詠み交わした場所が大淀海岸の業平松の下とされています。現在のものは業平松保存会の手で植えられた三代目となり、周囲は業平公園として地元の人に親しまれています。

ほかにも、斎王は『大和物語』、『栄華物語』、『更級日記（さらしなにっき）』、『大鏡』など多くの王朝文学に登場しています。神に仕える未婚の皇女という運命ゆえの悲恋が多く、業平公園を散策すれば、そんなはかない恋物語の風景が思い起こされます。

◆住所　明和町大字大淀甲

竹川の花園

斎宮での日々を心癒した、竹川の花園

平安時代を代表する物語文学『源氏物語』にも、斎王・斎宮が多く描かれています。

たとえば、六条御息所が斎王に選ばれた娘とともに伊勢に下る「賢木（さかき）」帖、その娘が斎王を退任し、冷泉帝に入内したことで斎宮女御（さいくうのにょうご）とよばれる「絵合（えあわせ）」帖などですが、これは実際に娘に付き添って斎宮に赴いた徽子（よしこ）女王と規子（のりこ）内親王親子がモデルとされています。

ほかにも「竹河」帖には、今も残る斎宮の地名「竹川」が登場し、竹川にある花園を舞台にした恋の歌を宴で紹介する場面があります。斎王が生きた時代、このあたりは川にほど近く、斎宮からは花園を一望できたはずです。四季折々に咲く美しい花に、遠く過ぎ去った都での思い出を重ねながら、心癒す毎日を送っていたことでしょう。

◆住所　明和町大字竹川

❖斎宮での暮らし

斎宮跡出土品〈斎宮歴史博物館蔵〉

都の暮らしに思いを馳せ、時を刻む、伊勢のみやこ

斎王の斎宮での暮らしは、祈りを捧げる慎ましやかな生活の一方で、十二単をまとい、「貝合せ（かいあわせ）」や「盤双六（ばんすごろく）」など当時の遊びに興じ、歌を詠むといった都での雅な生活を再現するものでした。斎宮跡の発掘調査では、緑色に発色する焼き物の緑釉陶器（りょくゆうとうき）、土器や陶器に文字や記号などが墨書きされた墨書土器（ぼくしょどき）、祭祀用具など数々の出土品があり、斎王の日常をうかがう手がかりとなっています。

特に当時の宮廷で使われていた緑釉陶器は、数多く出土しており、斎宮の華やかな生活を裏付けています。慣れ親しんだ都の生活の再現が、斎王の楽しみだったのかもしれません。

◆住所　明和町大字竹川503（斎宮歴史博物館　詳細は26ページ）

緑釉陶器香炉片とレプリカ

ひらがな墨書土器

羊形硯

❖斎王の解任

隆子女王の墓

人里離れた緑の中で、悲しみをたたえる、隆子女王の墓

天皇の崩御や譲位、肉親が亡くなるなどの不幸があると斎王は任を解かれます。これを退下といいます。斎王は本座から退き、別の建物に座を移しました。そして、都へ帰る際、理由が天皇譲位の場合は往路と同じ鈴鹿峠・近江路を通り、不幸な理由（凶事）の場合は、伊賀・大和路を通ったといいます。いずれも難波津（現在の大阪市）で禊を行った後、密かに入京したそうです。

円融天皇の代の斎王として伊勢に遣わされた醍醐天皇の孫女・隆子女王は、在位わずか4年で病死しました。斎王が斎宮で亡くなるのは初めてのことで、手厚く葬られたことは想像に難くありません。隆子女王が眠るとされる墓（宮内庁管理）は、深い木々の中で清楚なたたずまいを見せており、1000年を経てなお悲しみをたたえた空気に包まれています。

◆住所 明和町大字佐田

❖幻の宮

斎王の森

柔らかな木漏れ日が、
みやこの記憶を包む、
斎王の森

斎王制度が始まって最初の斎王は、天武天皇の娘・大来皇女（おおくのひめみこ）でした。以来約660年続いた斎王制度も、南北朝の時代に入ると国が乱れ、後醍醐天皇の娘である祥子（さちこ）内親王を最後に、廃絶してしまいます。こうして、さまざまな史実と伝説を生み出してきた斎王制度は、歴史の中に埋もれ、斎宮は「幻の宮」となったのでした。

しかし、斎宮に住む人々は、先祖代々語り継がれてきた斎王・斎宮の存在を信じ、斎王の御殿があったとされる場所を「斎王の森」として大切に守ってきました。森の中には「斎王宮趾」の石碑や、杉の木でできた黒木の鳥居があります。

◆住所 明和町大字斎宮

竹神社（野々宮）

斎王の祈りを宿し、悠久のときの狭間にたたずむ竹神社

竹神社（野々宮）は、現在も多くの神様がお祀りされているとともに、斎王の宮殿があったとされる神聖な場所です。江戸時代には、「野々宮」または「旧地之森」とも呼ばれていました。

近年行われた発掘調査により、竹神社を囲むように平安時代の土塁、溝、塀の痕跡が確認され、この場所に斎王の宮殿があったことが推定されるようになりました。発掘調査では、ひらがなが書かれた墨書土器が多く確認され、斎王に仕えた女性たちが、字の練習に使ったと考えられています。

荘厳な雰囲気を保ち続けている場所である竹神社にいると、雅な生活を楽しみながら、清らかな日々を送った斎王の暮らしが感じられます。平安時代、祈りの拠点であったこの地が、現在でも地元の神社として信仰され、祈りの精神が伝えられ続けています。

◆住所 明和町大字斎宮

蘇る斎宮

斎宮跡（さいくうあと）

未来に続け、斎王のみやこ蘇る幻の宮

幻の宮-斎宮が蘇ったのは、時代が昭和を告げてからでした。発掘調査により斎宮の存在が確かなものとなり、昭和54年、国の史跡「斎宮跡」として指定されたのです。都のような「方格地割（ほうかくちわり）」という碁盤の目状にまちなみが整えられ、道路が走り、木々が植えられ、伊勢神宮の社殿と同じく清楚な建物が100棟以上も建ち並ぶ整然とした都市であったことが明らかになりました。そこにはさまざまな役割を担う500人以上もの官人が勤め、天照大神に仕える斎王ただ一人を支えていたのです。

◆住所 明和町大字斎宮
（史跡公園「さいくう平安の杜」 詳細は25ページ）

西脇殿

正殿

東脇殿

9世紀に斎宮寮の長官が儀式や饗応に用いた「寮庁」の中心的な3棟である、正殿、西脇殿、東脇殿。発掘された場所に実物大で復元された。

平安時代の斎宮にいざなう 史跡公園「さいくう平安の杜」

平成27年秋、史跡斎宮跡柳原地区に、平安時代の斎宮が体感できる建物や区画道路を復元した史跡公園「さいくう平安の杜」が完成しました。整備された公園部分は、斎王制度を支えた「斎宮寮」と呼ばれる役所の中心部分と考えられています。9世紀に斎宮寮の長官が役人を前に重要な儀式を行ったり、都や神宮の使いをもてなした「寮庁（りょうちょう）」の中心的な建物である「正殿」、「西脇殿」、「東脇殿」の3つの建物と、この一画を囲む幅約15mの広大な区画道路を、発掘で見つかった場所に実物大で復元しています。（前ページ参照）

史跡公園「さいくう平安の杜」
三重県多気郡明和町大字斎宮2800
時　間　9:30～17:00（但し、入園は16:30まで）
料　金　無料
定休日　月曜日（祝日・国民の休日である場合を除く）祝日・国民の休日の翌日（土曜日を除く）・12月29日～1月3日
※開園時間・休園日については季節や都合により変更する場合があります。

整備した古代伊勢道

史跡公園「さいくう平安の杜」とともに「古代伊勢道」も整備されました。斎宮歴史博物館と斎宮跡歴史ロマン広場を結ぶ史跡の回遊路として、飛鳥～奈良時代に成立した古代の官道「伊勢道」を、発掘調査で確認された幅8.9mの規格と位置そのままに延長350mが舗装整備されました。

斎宮の貴重な資料を展示

斎宮歴史博物館

斎宮跡に建つ三重県立の博物館です。斎宮跡の発掘成果をはじめ、斎王が乗った輿や、斎王が神宮で行う祭祀の様子を再現したマジックビジョンをはじめ、資料や模型、映像などで斎王の役割や当時の斎宮の様子を紹介しています。ここでしか見られない斎宮に関する貴重な展示を見ることができ、中でも映像展示『斎王群行』は、都から伊勢への斎王の旅を再現した、貴重な情報となっています。

斎宮歴史博物館
三重県多気郡明和町大字竹川503　☎0596-52-3800（代）
時　間　9:30～17:00（但し、入館は16:30まで）
料　金　一般／340円、大学生／220円、小・中・高生／無料
定休日　月曜日（祝日・国民の休日の場合を除く）
祝日・国民の休日の翌日（土・日曜日の場合は除く）・12月29日～1月3日

当時の斎宮がリアルに実感できる模型

10分の1史跡全体模型

近鉄斎宮駅の北側にある「斎宮跡歴史ロマン広場」では、平安時代の区画整備である方格地割（ほうかくちわり）をはじめ、斎王が住んだ御殿など中心区画の建物を中心に、斎宮史跡全体を10分の1のスケールで復元整備しています。史跡をこれだけの規模で忠実に復元したのは全国初。史跡の広大な規模と当時の様子を、ガリバー気分で楽しみながら体験的に学習できる場として活用できます。

10分の1史跡全体模型（斎宮跡歴史ロマン広場）
三重県多気郡明和町大字斎宮
☎0596-52-3890（いつきのみや歴史体験館）
時　間　9:30～17:00
料　金　無料
定休日　なし

斎宮が栄えた時代へタイムトリップ

いつきのみや歴史体験館

平安貴族の住まいをモデルにした寝殿造りの建物は、三重県産の杉・桧を使用し、釘を使わない伝統技法により建てられた古代建築。斎宮が最も栄えた平安時代を中心に、歴史や文化を身近に体験・学習できます。貝合せ（かいあわせ）や盤双六（ばんすごろく）など当時の遊びや、葱華輦（そうかれん）に乗るなど貴族の生活文化を体験できるメニューのほか、本格的な王朝貴族の装束が試着できたり、年中行事にちなんだ料理やクラフト講座もあります。

いつきのみや歴史体験館
（公益財団法人国史跡斎宮跡保存協会）
三重県多気郡明和町大字斎宮3046-25　☎0596-52-3890
時　間　9:30～17:00（但し、入館は16:30まで）
料　金　無料（体験プログラムは一部有料）
定休日　月曜日（祝日・国民の休日の場合を除く）祝日・国民の休日の翌日（土・日曜日の場合は除く）・12月29日～1月3日

斎王のみやこ MAP

※2016年3月現在、竹川の花園は未整備の状態のため、お近くでご覧になる際は足元に十分お気をつけください。

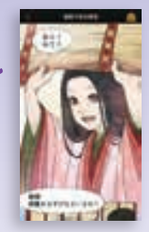
日本遺産斎宮ガイド アプリリリース!

スマホを使って、日本遺産「祈る皇女 斎王のみやこ 斎宮」を学んで、歩いて、楽しもう!

iPhone・Android対応

機能 1

日本遺産・斎宮を漫画や和歌で学べる!



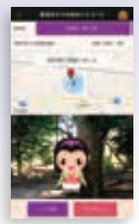
660年続いた斎王制度や斎宮での生活について、スマホ対応の漫画でわかりやすく学べます!

斎宮にまつわる和歌を通して、当時を生きた人たちの様子を知ることができます!

機能 2

日本遺産・斎宮をめい姫のガイドで巡れる!

日本遺産の構成文化財や周辺観光施設までの道のりを、めい姫がガイドしてくれます。さらに! 現地では当時の様子を再現イメージで見ることができます。



機能 3

スタンプラリーで嬉しい特典がもらえる!

構成文化財を巡るともらえる「斎宮スタンプ」を集めると、素敵な特典がもらえます!

ほかにも、観光施設情報など、斎宮観光をもっと楽しくするコンテンツが充実!

今すぐスマホでダウンロード!

注:データ容量が大きいため、Wi-Fi環境でダウンロードしてください。

iPhone用　Android用

外国語※にも対応!

※英語・中国語（簡体字・繁体字）・韓国語

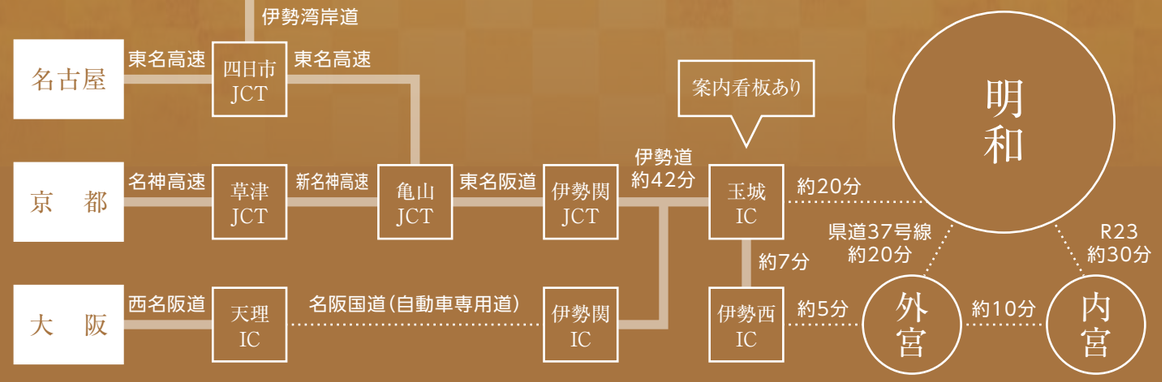
日本遺産　斎宮ガイド

明和町へのアクセス

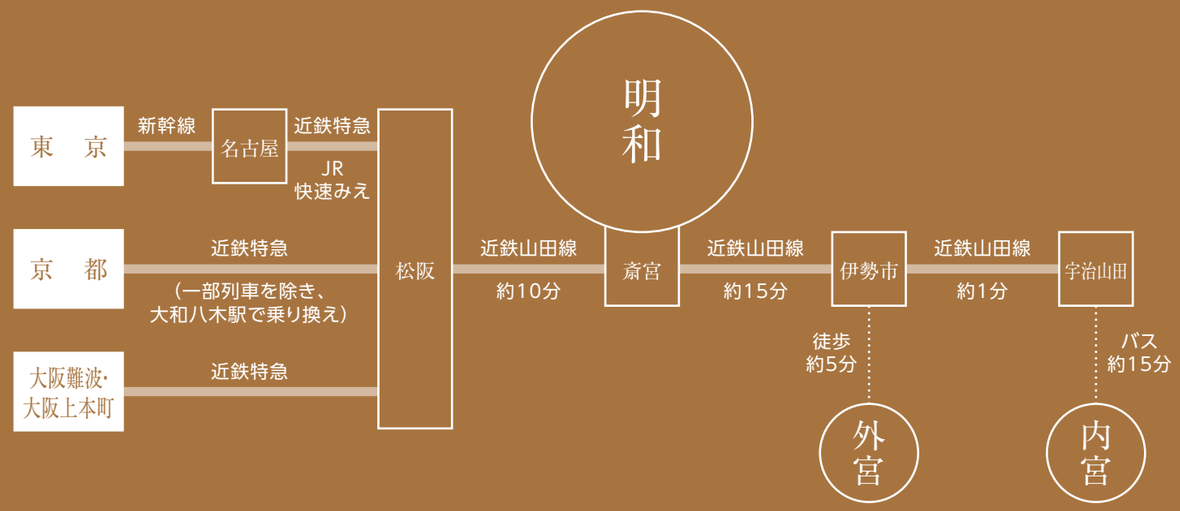
車でおこしの場合

カーナビをご利用の方は、下記住所をご入力ください

斎宮歴史博物館	三重県多気郡明和町大字竹川503	TEL.0596-52-3800
いつきのみや歴史体験館	三重県多気郡明和町大字斎宮3046-25	TEL.0596-52-3890



電車でおこしの場合



明和町日本遺産活用推進協議会

（事務局：三重県明和町　斎宮跡・文化観光課）

文化庁

この冊子は日本遺産魅力発信推進事業で制作しました