

## 熊野古道

11月5日放送

第27回目の放送は「熊野古道」についてのお話です。

熊野古道とは、熊野三山（熊野本宮大社・熊野速玉大社・熊野那智大社の三社等の総称）に通じる、五つの参詣道のことをいいます。

2004年には「紀伊山地の霊場と参詣道」として世界遺産に登録され、この熊野古道を多くの人が訪れるようになりました。

尾鷲には、伊勢神宮と熊野三山を結ぶ「熊野古道 伊勢路」が通っています。鉄道が通るまでは、人々の生活道路としても使われていた道です。

この熊野古道の魅力を伝えてくれる人たちがいます。

まずは、尾鷲セラピストの会 会長 橋本博さんにお話を伺いました。



尾鷲セラピストとは、熊野古道を健康的に、楽しく、そして安全にご案内するインストラクターのこと。

お客様にいろいろな言葉をかけたり、補助をしたりしながら熊野古道を歩くことによって、より健康になってもらうことが第一の目的なんだそうです。

尾鷲に通っている熊野古道には美しい石畳が多いので、そこを頭を使いながら歩くのもおすすめです。

木の根が多い場所を避けながら歩けば、足の裏が刺激されて脳の活性化に繋がりますし、足腰の筋肉もつきます。

セラピストの方も、ただ単に健康についてお話するのではなく、地域の資源や歴史、自然などのお話もしてくれるので、より楽しく熊野古道を歩くことができますよ。

尾鷲セラピストさんとお喋りをしながら、そして昔の人の知恵や工夫が詰まった美しい石畳を見ながら、ゆっくりと熊野古道を歩いてみてはいかがでしょうか？

心も体も健康的になりますよ。

橋本さんはいつもこちらの、



三重県立熊野古道センターにいらっしゃいます。  
古道歩きの前にここに立ち寄るのもいいですね。  
ちなみにここは、毎年11月に開催されているウォーキング大会の  
「おわせ海・山ツデーウォーク」のメイン会場でもありますよ。

続いてお話を伺ったのは、くまの体験企画 代表 内山裕紀子さん。



くまの体験企画は、世界遺産の熊野古道はもちろん、熊野地方の自然・歴史・文化を体感  
していただくために「人と自然との関わり」をテーマにした着地型エコツアーを行っています。  
単なる観光ではない、より楽しく有意義な一日を過ごせるようお手伝いをしてくれます。

おわせ海・山ツーデーウォークの魅力もお話していただきました。

内山さんのおすすめは、江戸時代以前の熊野古道「馬越峠」と、明治時代の熊野古道「猪ノ鼻水平道」を両方歩くことができるコース。

馬越峠道は石畳がとっても美しい、世界遺産にも登録されている大人気の熊野古道です。猪ノ鼻水平道は、明治時代になってから馬越峠道に代わって新しくできた道で、荷車で物を運ぶことができるように、その名のとおりに水平に作られたそうです。

熊野古道は、昔の人たちが熊野三山を目指して歩き続けていった道。  
なぜ人々は幾多もの山坂を越えてまで、熊野三山を目指したのか？  
きっとそれには、なにか奥深い理由があるはずです。

峠を越えた先には集落があり、そこで休みながらその地の人々に癒されて、暮らしている人たちに助けられながら、熊野三山を目指していったのだろうな・・・  
そういったことを歩きながら感じてもらうのが、熊野古道の本来の旅だと内山さんはおっしゃられていました。

「熊野は歩かなければわからない」  
内山さんの力強い言葉からも、熊野古道を歩くことの意義をじっくり感じるすることができます。

尾鷲には、すてきなすてきなガイドさんたちがたくさんいらっしゃいます。  
熊野古道を歩くのも、ただ歩くのではなく、みなさんのガイドを受けながら歩く。  
絶対おすすめです！

尾鷲セラピストについて（尾鷲まるごと観光物産WEB）  
<http://owasekankou.com/taiken/yamataiken/000228.html>

くまの体験企画 HP：<http://kumanokodo.info/>