



非日常の“修行体験”で心と体をデトックス!

大岩山日石寺

725年、行基が開いたのが始まりと伝えられている大岩山日石寺は、山岳信仰や修験道と結びついた密教の寺として隆盛しました。境内では滝行や写仏などの修行体験が可能。貴重な体験を通して自分と向き合うことができます。

Time Schedule

〔滝行体験〕

所要時間:約1時間

日石寺見学(30分)

滝行(30分)

〔写仏体験〕

所要時間:約1時間40分

日石寺見学(60分)

写仏(40分)

周辺の立ち寄れるスポット



西田美術館

(解説付きの場合は、1度に30名程度が望ましい。)

西田美術館

オリエンタ文化、ロシアアイコン、ハンガリー絵画、郷土の絵画など多岐にわたる作品を常設している他、年に4回の企画展・特別展などを開催。

- 住所/中新川郡上市町郷柳沢1
- 開館時間/9:30~16:30(入館は16時まで)
- 受入可能期間/通年《月曜日・火曜日(祝日の場合は翌平日)は休館日、臨時休館あり》
- 料金/企画展 700円(団体500円) 常設展 500円(団体400円) ARTBOX展 300円(団体200円) ※高校生以下無料 ※企画展については料金が異なる場合があります
- 問合せ/076-472-4352

Access ■北陸自動車道 上市スマートICから約3分



痛冷たいけれど気分がスッキリ。クセになりそう!

受入人数 滝行/6名・写仏/30名 (大人数の場合、ローテーションでの対応可)

〔滝行体験〕

高さ5m以上のところにある6基の龍頭から落ちる滝に打たれ、身を清める。

1300年の歴史を持つ! 真言密宗の大本山!

〔見学内容〕

本尊の不動明王像を中心とする巨大な磨崖仏は国の史跡・重要文化財の二重指定を受けている極めて貴重なもの。



荘厳な場所です。自分に向き合う貴重な時間

〔写仏体験〕

不動明王を写し描く時間は、自分と向き合う時間となる。後日、護摩祈禱を行い特製のお守り袋に入れて郵送でお届け。

Information

〔大岩山日石寺〕

- 場所/中新川郡上市町大岩163
- 開館時間/9:00~16:00
- 受入可能期間/通年 ※寺院の都合により受入不可の日あり

- 料金/滝行:1,300円(要相談) 写仏:2,000円(要相談)
- ※見学・修行体験は、事前に上市町観光協会へ要問合せ
- 問合せ/上市町観光協会 076-472-1515

Access ■北陸自動車道 立山ICまたは上市スマートICから約17分

学校での事前学習

- 大岩山日石寺の歴史について調べる
- 山岳信仰や修験道について調べる

現地学習

- 修行体験を通して自己を見つめ直す
- 貴重な史跡・文化財を間近で見る

旅行後の事後学習

- 修行体験を通して感じたことを踏まえ、日常生活を見つめ直す

学習ポイント

LEARNING POINTS