



Salt trail
Salt trail Widearea Tourism Collaboration

NIIGATA
NAGANO

越後信州千国街道

塩の道

旧松本街道
塩の道

歩荷(ぼっか) Bokka

牛や馬などが活躍したほか、人が荷物を背負って歩く「歩荷(ぼっか)」という仕事がありました。



はばき Habaki

靴の中に雪が入らないように足首周りに巻いて使用されました。今でいうとスパッツ。



道具で見る 千国街道「塩の道」

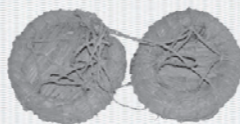
蓑(みの) Mino

雨や雪よけに背中に羽織りました。わらで作るが、上には水をはじく科の木(しなのき)を使用しました。現代で言うカッパ。



背負子(しよいこ) Shoiko

荷物を運ぶ人、「歩荷(ボッカ)」が背負う道具。ここに14~16貫(約60kg)の塩を入れたカマスや海産物を背負って歩きました。



馬沓(まぐつ) Magutsu

昔は蹄鉄なかった為、蹄を守ったり、滑ったりしないように、馬や牛にも草鞋をはかせました。写真は馬用。



吠(かます) Kamasu

わらで編んだ袋のこと。塩などを入れました。

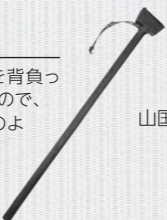


草鞋(わらじ) Waraji

わらで編んだ「ぞうり」。これを履いて山道や街道を歩きました。雪の時は、わらじの上に雪よけとして「すっぺんじょ」と言われるわらじを重ねて履きました。

にずんぼう Nizunbou

歩くときに使った杖。また重い荷物を背負ったまま座って休むと、立つ時に大変なので、この棒をお尻につけて、つかえ棒のように使用し、立ったまま休憩しました。



自動車がない時代に、塩や海で獲れる食べものを山国に運ぶために使われた道。山国からは海の近くへ山の幸や木材や鉱物なども運ばれました。

糸魚川 — 塩尻

「塩の道」沿線市町村観光協会情報

糸魚川市

DMO
一般社団法人 糸魚川市観光協会
〒941-0061
新潟県糸魚川市大町 1-7-47
TEL : 025-555-7344
H P : <https://www.itoigawa-kanko.net/>



小谷村

一般社団法人 小谷村観光連盟
〒399-9494
長野県北安曇郡小谷村中小谷丙 131
TEL : 0261-82-2233
H P : <https://info-otari.jp/>



白馬村

白馬村観光局
〒399-9301
長野県北安曇郡白馬村大字北城 7025
TEL : 0261-72-7100
H P : <https://www.vill.hakuba.nagano.jp/>



松本市

一般社団法人
松本観光コンベンション協会
〒390-0874
長野県松本市大手 3-8-13
TEL : 0263-34-3295
H P : <https://www.matsumoto-tca.or.jp/>



大町市

一般社団法人 大町市観光協会
〒398-0002
長野県大町市大町 3200
TEL : 0261-22-0190
H P : <https://kanko-omachi.gr.jp/>



塩尻市

一般社団法人 塩尻市観光協会
〒399-0736
長野県塩尻市大門一番町 12-2 4階
TEL : 0263-54-2001
H P : <https://tokimeguri.jp/>



「塩の道」糸魚川—小谷—白馬—大町—松本—塩尻

を結ぶ歴史の道

ちくにかいどう
千国街道は、新潟県糸魚川から長野県松本盆地の松本・塩尻に至る道筋です。別名糸魚川街道、松本街道とも呼ばれています。「千国街道 塩の道」は上杉謙信が、今川・北条の塩止めで苦しんでいる武田信玄に塩を送ったという逸話「塩の道」を舞台に語られる「敵に塩を送る」は有名な史実として語られています。

起点となる越後（新潟県糸魚川地方）では古くから塩作りが行われ、海産物とともに信州（長野県）へ盛んに運ばれていました。また、信州からは大豆、煙草、麻などが越後にもたらされ、街道の沿線は大いに賑わいました。

物資は変わっても、お互いに無いものを補う交易ルート「塩の道」は、人、物、文化が行き交うまさに歴史の道として、今でもそれぞれの観光資源を活かした観光は魅力が満載です。

糸魚川 新潟



東西の境目である糸魚川は日本で初めて「ユネスコ世界ジオパーク」に認定されました。海の幸豊かな日本海、雄大な自然が残る山々に囲まれた糸魚川は、国石に選定されたヒスイの産地でもあり貴重な自然や文化に触れながら観光を楽しむことができます。

大町 長野



信濃大町には仁科三湖と呼ばれる3つの湖があり、それぞれ特色のある体験や景色が楽しめます。青木湖は長野県内で3番目の大きさを誇り、湖底から湧き出る水は透明度も抜群。また、木崎湖は温泉やカフェがあり、湖畔キャンプ、水上アクティビティが充実しています。中綱湖は青木湖のすぐ南にあるいちばん小さな湖で、春にはオオヤマザクラが咲き乱れ、一年を通して釣りが楽しめます。おいしい水と空気を肌いっぱい感じる自然豊かな信濃大町へぜひお越しください。

松本 長野



城下町松本は、魅力的な観光スポットがたくさんあり、街全体が文化や歴史にあふれ、まるで博物館のように感じることができます。北アルプスの絶景を望む街中を歩き、あなたの五感全てで文化・歴史・芸術・自然・食を楽しみ、松本の感動を体験してください。癒される旅がそこにはあります。

塩尻 長野



塩尻市は歴史と伝統を未来につなぐ自然豊かな美しい田園都市です。恵まれた土地で育てたぶどうが生み出す「塩尻産ワイン」は国内外で高く評価され、その歴史は一世紀を数えます。また、国の重要伝統的建造物保存区に選定され、今でも日本の情緒を色濃く残す「奈良井宿」や、400有余年の歴史をもつ伝統的工芸品の「木曾漆器」など多くの歴史と伝統に触れあえます。

白馬 長野



白馬村は3,000m級の北アルプスの山々が連なる麓にあり、世界的にも類を見ない景観に恵まれた国際山岳リゾート地です。単体のスキー場では国内最大規模の八方尾根スキー場やアメリカのニュース番組CNNの「日本の最も美しい場所 31選」にも選ばれた「八方池」など日本屈指の観光名所がたくさんあります。そんな白馬村では、スキーや登山、アウトドアスポーツをはじめ、温泉や食、自然、歴史と言ったお客様のニーズに合わせた様々な体験を楽しむことができます。



小谷 長野

うしかやど 牛方宿
牛は土間、牛方は牛の姿が見える2階にと、一つ屋根の下に寝泊まりして旅の疲れをいやしました。千国街道に現存する唯一の牛方宿で、県宝に指定されています。
ちくに しょう ちくにぼんしよ
千国の庄史料館・千国番所
この地にあった民家を移築した史料館には、いろいろや居間が保存されています。その隣りに復元された千国番所は、運上塩（通行税）の徴収、塩などの荷物や人改めの監視場所でした。松本藩の口留番所として、明治の初めまで機能を果たしてきた様子が再現されています。

