

温泉寺
〈諏訪市〉

佛法紹隆寺
〈諏訪市〉

長圓寺
〈茅野市〉

諏訪紅葉 三山めぐり

Suwa Koyo
Sanzan meguri

2025年

11月1日(土)

→ 11月16日(日)

拝観時間 9時—16時30分

ライトアップ 日没—20時(長圓寺は土日祝のみ)

※各寺院によって時期・時間が若干異なります

※紅葉状況により開催期間が変更になる場合があります

黄金色に輝く佛法紹隆寺の夫婦大銀杏
彩豊かな温泉寺の紅葉の錦
参道を真紅に染める長圓寺の楓
錦秋に輝く諏訪の三山をめぐり、
お薬師詣りをしませんか？

第8回
お殿様が愛した

諏訪の国

諏訪紅葉三山めぐり
実行委員会



期間限定 御朱印

お殿様の参詣仏である「薬師瑠璃光如来」。各寺院でデザインの異なる台紙の期間限定御朱印をご用意しました。

奉納料 500円

時 間 9:00～16:30
(長圓寺のみライトアップ日は20時迄)



温泉寺



佛法紹隆寺



長圓寺

お坊さんと スワラナイト

声明ミニコンサートと坐禅体験。臨済宗声明、真言宗智山派声明、高野山真言宗声明、色々な宗派の声明の解説と声明を聞いて、坐禅体験で心と体をととのえた後は、お坊さんに質問したり、気軽に話ができる茶話会も開催。



日 時 11月15日(土) 19:00～20:30

場 所 温泉寺

参加費 1,500円 (お茶・お茶菓子・瑠璃石付き)

定 員 先着30名

申込み 応募フォームから



←応募フォーム

灯籠の光で 心身を整える 写経燈籠ヨガ

願いを込めた写経を燈籠に仕立て、写経燈籠をご自身のそばに置いて、坐禅とヨガを行います。その温かな光に包まれながら、心と身体を整えるひとときを過ごしませんか。最後に燈籠は本堂に奉納し、期間中その灯りが灯されます。



※ご希望の方は、燈籠をお持ち帰りいただくことも可能です。

日 時 11月14日(金) 19:00～20:30

場 所 温泉寺

参加費 4,000円 定 員 先着20名

講 師 宮澤佳子氏

申込み 応募フォームまたは温泉寺まで



←応募フォーム

写経燈籠

写経とは仏様の教えを一字一字、心を込めて書き写す仏道修行の一つです。皆様の願いを添えた写経を燈籠にして奉納いたします。静かに写経の時間を過ごし、心落ち着く時間をお過ごしください。



奉納料 1,000円

写経奉納燈籠を奉納いただくと、各寺院にて薬師瑠璃光如来さまの如来宝珠にあやかった専用巾着袋付き瑠璃石(ラピスラズリ)を差し上げます。

※奉納された写経燈籠は三山めぐり期間中、各寺院のライトアップされた幻想的な空間に設置されます。



諏訪紅葉 三山めぐり フォトコンテスト

諏訪紅葉三山めぐり三ヶ寺いずれかで撮影した写真にハッシュタグ
#諏訪紅葉三山めぐり2025 をつけてInstagramに投稿してください!

応募期間 2025年11月30日(日)

応募資格 どなたでも、お一人様何点でも応募可能

テーマ 諏訪紅葉三山めぐり 三ヶ寺いずれかの風景

【応募条件】 入賞作品は諏訪紅葉三山めぐりの広報物(チラシ、ポスター、ホームページ、SNS等)に利用させていただく旨をご承諾ください。

【審査・表彰】 公正なる審査のもと、入賞作品を選びます。入賞された方には諏訪紅葉三山めぐり公式Instagramのダイレクトメッセージで個別にご連絡いたします。また、地域情報サイト「JIMO-RA」にも入賞作品を公開いたします。

賞品

- 温泉寺賞…………… ばんや(諏訪市) お食事券 5,000 円分
- 佛法紹隆寺賞…………… みんなのテンハウ(諏訪市) お食事券 5,000 円分
- 長圓寺賞…………… レストランピーター(茅野市) お食事券 5,000 円分

諏訪のお殿様が参詣した三薬師

古来より諏訪大社の祭神である「建御名方神（たけみなかたのかみ）」の末裔とされ、生き神様としてこの諏訪地域一帯を治めた諏訪家。鎌倉時代には北条氏の重臣として仕え、戦国時代に至るまで日本屈指の士族として勢力を伸ばしました。のちに「生き神様の神官家」と「統治者の殿様家」にわかれた諏訪家は、江戸時代には高島藩主として平和な一時代を築きます。代々神仏を篤く信仰し、諏訪大社はもちろん、「温泉寺」や「佛法紹隆寺」などを度々訪れた諏訪のお殿様は、そこに祀られる“お薬師様”を心の拠り所としていたとされます。

温泉寺と佛法紹隆寺、そしてかつて諏訪大社に祀られていたお薬師様に移された「長圓寺」。紅葉の名所としても知られているこの三つのお寺は、お殿様とお薬師様のご縁により今もなお宗派を超えて多くの人々に親しまれています。

諏訪のお殿様が愛した三薬師、皆さんもお詣りしてみませんか？

“お薬師様”とは

お薬師様（薬師如来）は薬師瑠璃光如来、医王如来とも呼ばれ、心身の悩み苦しみを除くことで知られる仏様です。その姿はお釈迦様や阿弥陀様と大変よく似ていますが、お薬師様は左手に薬壺を持っているのが特徴です。薬壺の中には万病に効く薬が入っているといわれます。



紅葉めぐり

期間中は各寺院にて異なる彩りの紅葉を拝観できます。夜間はライトアップされ趣のある幻想的な雰囲気包まれた紅葉も楽しめるほか、特別拝観や無料コンサートなどの催し物もあります。心温まるひと時をゆったりとお過ごしください。

共通期間 11月1日(土)ー11月16日(日)
拝観時間 9:00～16:30 ※特別拝観は時間が異なります
ライトアップ 日没～20:00(長圓寺は土・日・祝のみ)



長圓寺《撮影：宮沢和加雄》



長圓寺《撮影：宮沢和加雄》



温泉寺

温泉寺

諏訪市

諏訪藩主家代々の尊霊を供養する菩提寺で、諏訪湖を一望できる高台にあります。温泉寺がある上諏訪温泉は、古くは湯治に訪れる人も多く、心身の健康を願う薬師如来を祀るお堂があり、諏訪家の復興に伴い当地に新たな菩提寺を建立しました。現在でも上諏訪温泉を守護するお薬師様として慕われ続けています。

大手マルシェ

日時 11月8日(土)
時間 11:00～17:00
内容 おにぎり・わらび餅ドリンクなどキッチンカーの店出、客殿にて占い・足つぼ・骨盤調整などグルメと癒しをご提供。



TEL.0266-52-2052
 〒392-0002 諏訪市湯の脇 1-21-1

佛法紹隆寺

諏訪市

諏訪盆地の東の方角に位置する佛法紹隆寺。東にはお薬師様の国「薬師瑠璃光浄土」があることから、東を司るとされる薬師如来が祀られています。藩主諏訪家の祈願寺として知られ、藩や藩主の御祈禱をおこなっていました。また、数多くの宝物や文化財などがあることでも知られています。諏訪の歴史を身近に感じることのできるお寺です。

時間 9:00～16:00 ※大イチョウは20時迄
曜日 期間中の全日
拝観料 500円 (大イチョウは観覧無料)
公開 諏訪大明神本地普賢菩薩、伝運慶作不動明王像、胎蔵界曼荼羅、迷企羅大将、立川富種作宇賀神など寺宝・文化財多数



★大型バスでお越しの際は事前にご連絡ください(有料拝観に限る)。
 TEL.0266-52-2241
 〒392-0012 諏訪市大字四賀桑原 437

長圓寺

茅野市

神道と仏教が一体化する神仏習合という信仰のもと、諏訪大社上社本宮にも神宮寺というお寺が建立されました。本宮の奥には薬師堂が建立されており、古くより薬師如来が祀られていました。明治維新の神仏分離の際に多くの文化財が失われる中、神宮寺の薬師如来は縁あって長圓寺に移され、今も大切に祀られています。

日時 11月8日(土)
時間 9:00～20:30
拝観料 無料
公開 薬師如来 伝・春日作



★大型バスでお越しの際は事前にご連絡ください。
 TEL.0266-79-3720
 〒391-0011 茅野市玉川 11373

『平家物語』を琵琶と朗読で楽しむ「其の後の熊谷」

日時 11月8日(土)
時間 13:30開場
 14:00～15:30
出演 坂田美子(琵琶)
 斉藤由織(朗読)

オール讀物新人賞を受賞した奥山景布子先生の短編集『源平六花撰』の中から「冥きより」を軸に、『平家物語』巻九の原文朗読と、琵琶歌の「敦盛」を織り交ぜながら、平家の若武者敦盛を討ち取った熊谷直実の苦悩と、それを陰で支えた妻・相模を描きます。

出演者プロフィール



琵琶
坂田美子

中学より琵琶を半田淳子に10年間師事。以後、謡曲を浅見重好に、講談を神田松鯉に学ぶ。古典曲の他に、現代語の弾き語り等も創作。20ヶ国を超える海外公演等、希少な琵琶奏者の一人として琵琶普及活動にも注力している。桐朋学園芸術短期大学非常勤講師。



朗読
斉藤由織

諏訪市出身。NHK杯全国高校放送コンテストをきっかけに朗読を始め、大学時代は故高橋博師にアナウンスを、西澤實師に朗読の教えを受け、卒業後も西澤師に師事。西澤實師他界後、神田松鯉師匠のもと講談を学ぶ。早稲田エクステンションセンター、NHK文化センターなど朗読愛好者を多数指導。

お寺ピアノと篠笛の夕べ

日時 11月8日(土)
時間 16:30～17:30
出演 福原一笛(篠笛)
 両角理恵(ピアノ)

「月の光」、「また君に恋してる」、「春よ来い」、「七つの子」、「糸」などをピアノと篠笛の演奏でお楽しみください。

出演者プロフィール



篠笛
福原一笛

東京藝術大学音楽学部法楽子別科修了。横笛を福原流6代目家元 人間国宝 故・福原百之助(4世宗家 寶山左衛門)に師事。



ピアノ
両角理恵

東京音楽大学ピアノ演奏家コース卒業。全日本ピアノ指導者協会ピティナ武蔵府中ステーション代表。FMラジオTAMAリバーにてパーソナリティー

もみじの中で歌う会

日時 11月14日(金)
時間 13:30開場/14:00開演
出演 長圓寺護持歌合唱団



鳳鳴太鼓・獅子舞

日時 11月15日(土)
時間 14:00～
出演 穴山鳳鳴神楽保存会



獅子舞・長持

日時 11月16日(日)
時間 11:00～14:00
出演 菊沢獅子舞長持保存会

