

# 神の宿る森へ…

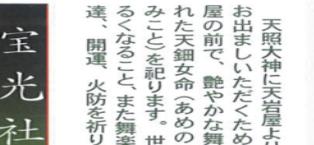
明日に続く。

2018年 8月12日(日)～16日(木)  
飯綱・戸隠・鏡池で過ごす夏休み  
1泊2日 15,500円～



### 宝光社

二七〇余段の石段を登り出会う荘厳な社殿。神仏習合時代の面影が強く残る寺院式建築で、康平元年(一〇五八)創建。江戸末期改築。天表春命(あめのうはるのみこと)を祀ります。商工隆盛、安産、厄除け、家内安全を祈ります。



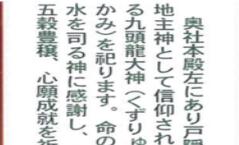
### 火之御子社

天照大神に天岩屋よりお出ましいただくために、天岩屋の前で、艶やかな舞いを舞われた天鈿女命(あめのうづめのみこと)を祀ります。世の中が明るくなること、また舞楽芸能の上達、開運、火防を祈ります。



### 奥社

戸隠神社の本社。嘉祥二年(八四九)に学問行者によって開山されたといわれ、天の岩戸を開き戸隠へと投げた天手力雄命(あめのたじからのおのみこと)を祀ります。五穀豊穰、開運、心願成就を祈ります。参道の苔むす杉並木が、深く長い信仰の足跡を感じさせます。



### 九頭龍社

奥社本殿左にあり戸隠の地主神として信仰され続けている九頭龍大神(くすりゅうのおおみかみ)を祀ります。命の源である水を司る神に感謝し、水の恵み、五穀豊穰、心願成就を祈ります。



### 中社

天岩屋に隠れた天照大神にお出まし願うため、天岩戸開神楽を考えられた智慧の神様・天八意思兼命(あめのやしろのおもいかねのみこと)を祀ります。三本杉や古木に囲まれ、厳かな雰囲気、学業成就、開運、家内安全を祈ります。



ちゃのまるハウスホール



### 戸隠鏡池

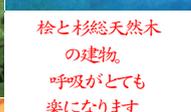
東京長野間新幹線で83分！近くに天然温泉も清潔な部屋



いのちの森グマール石の螺旋



新鮮な空気



杉と杉総天然木の建物。呼吸がとても楽になります。



バルサミコ酢の大根ステーキ



厳選された素材のみ使用



そばガレット



心と体にやさしいお食事



レストラン 110名



火の瞑想



エントランス



光の水自然農園



無農薬自然栽培。朝採り一番新鮮野菜のお料理をどうぞ！



光の水自然農園(無農薬野菜)



いのちの森クリニック



広々としたお部屋



自然な光が入る客室



樹林気功

お申込み・お問合せ いのちの森 心と体といのちのセンター「水輪」

〒380-0888 長野県長野市飯綱高原2471-2198

TEL 026-239-2630 FAX 026-239-2736

Email suirin@suirin.com URL http://www.suirin.com

# ゆったりとのんびり 自然と共に過ごす 癒しのひととき

～戸隠神社と周辺の名所について～



## 奥社参道

奥社参道は約2キロ、中程には菅葺きの赤い随神門（いしんもん）があり、その先は天然記念物にも指定されている、樹齢約400年を超える杉並木が続き、神々しい空気を漂わせています。JR東日本のコマシヤレで吉永さかりがこの参道を歩いたことで全国的に有名になり、大勢の方が現在訪れています。

## 鏡池



池を鏡に見立て、戸隠連を映し出す。新緑が残雪に映える春に始まり、四季それぞれに絶妙な装いを見せる鏡池。

## 戸隠森林植物園

戸隠神社奥社の参道近くにあり豊かな自然でも知られ、春は白いミズバショウ（水芭蕉）、夏はヤマホタルブクロなど、多彩な草花で覆われます。近年では野鳥の宝庫としても全国的に知られるようになりました。見られるのは年間を通して約100種類。しかも、すぐ手が届きそうな場所でさえずる姿を見ることさえできます。



## 小鳥ヶ池

小鳥ヶ池は、その名の通り素晴らしい池です。神社・蕎麦屋や、有名な鏡池だけを見る人が多いため、訪れる人が少なくひっそりとしており、それがまた素晴らしい所です。空の青が湖面に映え、静かな空間に鳥の歌声が響きます。時間を忘れてのんびり過ごせる名所ともいわれています。



お盆の宿泊プログラム  
2泊以上宿泊の方、奥社無料送迎  
下記プログラムを体験できます。



①朝採り野菜を朝食に



②樹林気功



③光の水自然農園散策



④禅 呼吸法体験



⑤ヒーリングシアター



⑥すべて手作り料理



⑦緑と杉と檜の客室



⑧緑に囲まれた食堂

いのちの森の大自然のエネルギーは、心と体を癒し、自然治癒力を高め、光の水自然農園の農業や化学肥料を一切不使用の野菜を作り、環境と健康に配慮した農法を行っている。大切に保護された自然は、やどりぎや銀竜草など高山植物、山野草の宝庫です。館内寝具類は清潔を保ち、施設に和紙の照明、建物は総天然木、檜杉材を使い、人工的な建材により遮断されることなく大自然のもつ澄んだ空気を、存分に味わえます。厳選食材、無添加調味料、無農薬野菜の心のこもった美味しい手作りのお料理は心身をリフレッシュしてくれます。

## 会場 いのちの森(水輪)について



⑨天然温泉 天狗の館



⑩自家製小麦粉のスコン



⑪手作り窯焼きピザ



⑫ガーデンパラソル



⑬摘みたてハーブティー



⑭座禅体験



⑮白樺林ティータイム



⑯新鮮野菜もぎとり体験



⑰癒しのセラピー体験



⑱ヒーリングミュージック

## 宿泊要項

- 会場 信州飯綱高原 心と体といのちのリトリートセンター いのちの森「水輪」
- とき 飯綱・戸隠・鏡池で過ごす夏休み「お盆ステイ」 2018年8月12日(日)～16日(木)
- 宿泊費 ① 1泊2日 15,500円～(税込)  
(宿泊費、夕朝食費、温泉送迎、ヒーリングシアター、禅セラピー、樹林気功、自然農園の案内含む)  
(温泉入湯料、そば代などは実費)  
\* 2泊以上ご宿泊の方、戸隠奥社まで送迎無料。
- その他 ② 個室希望 シングル個室(2,500円～6,500円)  
\* ご希望に添えない場合がありますので、お早めにご予約下さい。\* 個室料は当日精算。
- ③ 天然温泉「天狗の館」水輪より車で10分。(入湯料600円、送迎無料、要予約、現地支払)  
\* 送迎の関係上、人数の予約が必要です。
- お申込 申し込み書に記入の上、FAX、郵送、メールにていのちの森「水輪」まで。  
振込先 お申込後、一週間以内に参加費をお振込下さい。後日詳細資料をお送りします。  
◎みずほ銀行 長野支店(普)1620273 水輪の会 塩沢早穂理 (すいりんのかいしおざわさおり)  
◎ゆうちょ銀行 (口座番号)00550-0-6511 (加入者)水輪の会  
\* カーナビで検索する場合は、水輪(すいりん 026-239-2630)で検索。  
\* キャンセルの場合、宿泊費の返金は致しません。代理参加は可能です。  
\* 詳細はお問い合わせください。 \* 会場全館禁煙。



2018年 飯綱・戸隠・鏡池で過ごす夏休み「お盆ステイ」申込み書 申込日 月 日 TEL 026-239-2630  
FAX 026-239-2736

氏名 男 女 年齢 ご職業 携帯電話

〒 住所 e-mail TEL FAX

1泊(15,550円) 当日清算 (2,500円～6,500円)

① 宿泊予定日( 月 日 ~ 月 日 / 泊) ② 個室希望( シングル個室 )

現地支払(600円) 無料送迎の関係上、人数の予約が必要です。

③ 天然温泉予約(する・しない) 食事アレルギー(食品名)

1泊(15,500円)

振込合計 ①( 泊 ) × ( 名 ) = ( 円 ) 振込日 月 日 (振込済・振込予定)

◎お申し込みのきっかけ ちらし 紹介: 紹介者( ) インターネット 本・雑誌( )