

深川～奥州平泉 約518km

奥の細道を歩こう!!!

Part 1

今年で没後330年を迎える俳聖・松尾芭蕉(1644-1694)。紀行文『奥の細道』は弟子の河合曾良を伴って江戸・深川を出発し、東北、北陸を巡り岐阜の大垣に至る156日間の旅を、数々の名句を織り込みながらつづったものです。紀行作品の傑作として、今なお親しまれる作品の世界を思いながら、みなさんも紙上で風雅の旅をお楽しみください。

あなたも一句つくってみませんか?



那須高原
那須岳を背景にダイナミックに広がる高原で、那須岳山麓には那須温泉郷がある。また湯川沿いには、芭蕉も立ち寄った、妖怪伝説の残る「殺生石」がある。



日光東照宮
江戸幕府の開祖、徳川家康を祀る神社として1616年に造営され、3代将軍・家光によって大改修された。「日光の社寺」として1999年に世界遺産に登録されている。



Start

Goal



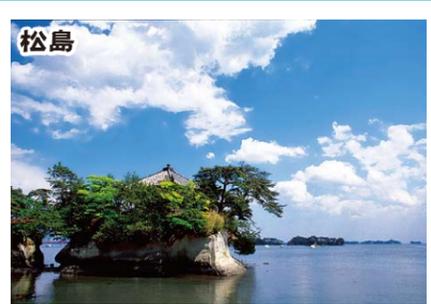
平泉・中尊寺金色堂
平安時代末期、平泉を中心に栄華を誇った奥州藤原氏の菩提寺。1124年建立の国宝・金色堂は内外の漆にすべて金箔が貼られ、須弥壇内には清衡・基衡・秀衡のミイラが安置されている。「平泉-仏国土(浄土)を表す建築・庭園及び考古学的遺跡群」として世界遺産に登録。

五月雨の降りのかしてや光堂

夏草や兵どもが夢の跡

松島や鶴に身をかれほととぎす(曾良)

平泉 一関 登米 石巻 松島 塩釜 仙台 岩沼



松島
大小の島々から成る景勝地で、日本三景のひとつ。伊達政宗の菩提寺・瑞巖寺や、国の重要文化財の五堂などがある。

湯をむすぶ誓ひも同じる清水

田一枚植えて立ち去る柳かな



あやめ草足に結ばん草鞋の緒

さみだれは滝降りうづむみかさ哉

啄本鳥も庵はやぶらず夏木立

行く春や鳥啼き魚の目は泪



隅田川
元禄2年(1689年)3月27日、芭蕉は深川の仙台堀川から小舟に乗り、隅田川を経て千住大橋にのぼり奥の細道へ旅立った。

あらたうと青葉若葉の日の光

しばらくは滝に籠るや夏の初

- 記入のしかた ●
- 1日(起床から就寝まで)の歩数と累計を裏面のウォーキング記録表またはエクセル記録表に記入していきます。
 - このコースは61コマで区切っています。8,000歩に達したら1コマを塗りつぶしていきます。
 - キャンペーン期間が終わっても、各自で目標を定め、引き続きウォーキングを楽しんでください。