

諏訪に鎮座する神々を巡る

信濃國一之宮 諏訪大社

四社まゐり



諏訪大社四社（前宮・本宮・春宮・秋宮）で御朱印をお受けになった方に、参拝の記念品をお渡ししております。

現在の本殿は、昭和7年に神宮式年遷宮の折、
下賜された古材をもって建てられたものです。

まえみや
上社前宮



神体山を拝するための独特な社殿配置が特徴です。
また、式年造営御柱大祭の際に建替える宝殿を
間近で拝することができます。

ほんみや

上社本宮 (重要文化財)



幣殿・拝殿・左右片拝殿・脇片拝殿、天保9年(1838)、四脚門、慶長13年(1608)



はるみや
下社春宮 (重要文化財)

社殿には、大隅流宮大工たちの手にま

獅子、鶏、竹、龍などの見事な彫刻が施されています。

境内西方を流れる砥川に浮かぶ浮島は、どんな大水にも沈まないといわれています。

幣拝殿・左右片拝殿、安永9年(1780)



見
年 下 秋 宮
月 秋 宮
日 大 社

藩 國 之 宮

※左社の朱印は見本です。

あきみや
下社秋宮 (重要文化財)

大きな注連繩をつけた神楽殿と青銅製では日本最大といわれる狛犬が目をひきます。

幣拝殿・左右片拝殿、安永10年(1781)、神楽殿、天保6年(1835)

信濃國一之宮 諏訪大社

由緒略誌

御祭神

建御名方神 (たけみなかたのかみ 男神)

八坂刀売神 (やさかといめのかみ 妃神)

八重事代主神 (やえことしろぬかみ 配祀・男神)

諏訪大社は上社(前宮・本宮)と下

社(春宮・秋宮)の二社四宮からなり、

創建は古く、古事記の国譲りの神話

にまでさかのぼる我が国最古の神社の一

つです。本殿を持たず、自然そのもの

(上社は神体山(守屋山)、下社は御

神木(春宮は杉・秋宮はイチイ)を御

神体とする古い信仰の形を現在に伝え

ています。

御祭神建御名方神は、往古より水

と風を司り、信濃國を開拓された力

の強い神様であることから、農業・狩

猟・航海・勝負の守り神として信仰さ

れています。また、大國主神の御子神

であり、ご夫婦でお祀りされているこ

とから、縁結び・子授け・安産・家内

安全にご利益があります。商売繁盛・

厄除けなどの祈禱も行われる広大な

御神徳の神様です。

祭事

●恒例の大祭

◆上社例祭並御頭祭(酉の祭)四月十五日

上社第一の祭儀で、古くは三月酉の

日に行われたので、酉の祭とも呼びま

す。本宮での例大祭の後、行列を整えて神輿を前宮十間廊に安置し、御杖柱の幣帛・鹿の頭・鳥獸魚類等の特殊な神饌をお供えして大祭が行われます。

◆下社遷座祭 二月一日

◆下社例祭並遷座祭(お舟祭)八月一日

春耕にさきがけて神霊が秋宮より

春宮に遷られます。

八月、春宮にお遷しされた御霊代を、再び秋宮へお遷しする遷座祭に引き続き、例大祭が行われます。この遷座の行列の供奉として、青柴で造った大きなお舟に翁と媼の人形を乗せ、氏子達が曳き付けます。神事相撲があり、翁媼の人形は焚き上げられます。

●特殊神事

◆蛙狩神事と御頭御占神事

(元旦 上社本宮)

◆田遊神事 (一月十五日 上社本宮)

◆筒粥神事 (一月十五日 下社春宮)

◆御田植祭 (六月第一日曜日 上社)

◆御田植神事 (六月三十日 下社御作田社)

◆御射山社祭 (八月二十六・八日上社下社)

◆式年造営御柱大祭 (寅・申の年、

四月山出し、五月里曳き・下社宝殿

遷座祭、六月上社宝殿遷座祭)

諏訪大社の特筆すべき大祭で、宝殿を造営し、神域の四隅に「おんばしら」と呼ぶ巨木を曳建てます。起源

御神紋

梶の葉（かじのは）

一足の数は上社四本、

下社五本の区別がある！



下社



上社

は遠く古代に遡りますが、平安時代
桓武天皇かんむてんのうの御代からは、信濃国の国司
により奉仕されました。費用や材料
の調達のために元服や婚礼、家屋の新
築が禁じられたこともあり。諏訪
訪圏全域二十万人の氏子の奉仕によっ
て盛大に行われます。

下社でのみお頒けしています。



肌身袋守

健康祈願、諸願成就の御守です。
5色の中から好きな色をどうぞ。

上社

下社



上社でのみお頒けしています。

難鎌守

諏訪大神の神器「難鎌」を模した特製のお守で、父神
大國主神の象徴「福俵」、母神 高志沼河比売神の「翡翠」、
諏訪特産の「黒曜石」を組み合わせたものです。



開運鈴守

開運招福のお守です。鈴の音は、災いを
祓い、清浄をもたらします。上社・下社それぞ
れの神紋が入ったお守をお頒けしています。

御柱箸

御柱と同じモミの木で
出来た健康祈願のお箸
です。1膳のものと5膳入
りのものがあります。

勝栗杓

スポーツ選手必勝御守です。
神体山の神域で成長した栗の
木を使って奉製しています。



安産杓

安産祈願の縁起物です。
水が抜けるように楽なお産に
なるよう、底が抜けています。
子安社に奉納し、産まれてく
る子の健康を祈ります。

諏訪大社 四社まわり マップ

- 大社推奨ルート①
約16km 約35分
- 大社推奨ルート②
約12km 約30分



- ◆上社本宮 / 長野県諏訪市中洲宮山1
 - ◆上社前宮 / 長野県茅野市宮川2030
 - ◆下社秋宮 / 長野県諏訪郡下諏訪町5828
 - ◆下社春宮 / 長野県諏訪郡下諏訪町193
- TEL 0266-52-1919
- TEL 0266-27-8035

諏訪大社
上社本宮 諏訪大社
上社前宮

諏訪大社に関するさらに詳しい情報は、
こちらのQRコードよりご覧ください。

