奈良～京都
飛鳥－嵐山
エリア紹介

飛鳥京、藤原京、平城京、恭仁京、長岡京、平安京
いにしえのみやこをめぐりながら奈良飛鳥～京都嵐山をつなぐ
約90ｋｍの道のりを堪能しよう

いにしえのみやこをめぐる 自転車の旅

嵐山

平安時代からの四季を感じる風光明媚な世界

自転車ルートの北の終点、嵐山は平安時代に貴族の別荘地となって以来、数えきれない和歌や文学にも登場する景勝地です。春は桜が美しく、秋には紅葉の名所たちが山全体を彩ります。また、全国から観光客が訪れる一大観光地のため、年間を通じて賑わいを見せています。【地域のイベント】5月第3日曜日 三船祭／7月1日～9月5日頃 鵜飼／12月初旬～下旬 嵐山もみじ祭【ここがおすすめ】渡月橋／天龍寺／竹林の径／野宮神社／化野念仏寺／大覚寺

渡月橋 map2C

嵐山紅葉

嵯峨野竹林の径 map2C

乙訓

西国街道に残る宿場町

乙訓地域の西側の丘陵地には美しい竹林が広がっており、筍の産地としても有名です。古墳や古跡も数多くあり、長岡京跡や戦国乱の古跡などもあります。この地から西に西国街道が延びており、京都東寺口から兵庫西宮まで続いています。旧街道の沿道には古くからの街並みも残っています。【地域のイベント】2月25日 梅花祭（長岡天満宮）／11月上旬～中旬 竹の径・かぐやのタベ／11月中旬～下旬 花灯路ライトアップ【ここがおすすめ】向日神社／長岡天満宮／光明寺／史跡長岡京大極殿跡・朝堂院跡／乙訓寺／竹の径

長岡天満宮 map8C

乙訓寺 map7D

長岡天満宮八条ヶ池 map8C

竹の径 map6C

八幡・大山崎

歴史の集積地

淀川三川合流域は、京都と大阪の中間に位置する天王山と男山に挟まれ、桂川・宇治川、木津川の三つの川が淀川へと流れる合流点周辺です。三つの大河と豊かな自然からなるこの地域は、山崎の合戦をはじめ、歴史上数々の重要な戦いの舞台となり、今も美しい自然や貴重な歴史遺産が多く残されています。また、背割堤は桜の名所でもあり、堤防沿いの桜並木は圧巻です。「上津屋橋」と通称流れ橋は、木津川を渡る木造橋で、わかさが上昇すると橋桁が流れる構造になっており、延長は355ｍあります。時代劇などのロケ地でも有名で風情を感じる橋です。左岸には四季彩館があり、食事、入浴、宿泊等ができます。【地域のイベント】8月上旬 淀川三川ふれあい交流七夕まつり【ここがおすすめ】石清水八幡宮／観音寺／山崎聖天／松花堂庭園・美術館／アサヒビール大山崎山荘美術館

背割堤 map11D

大山崎山荘美術館 map10C

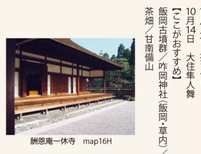
上津屋橋（流れ橋） map12G

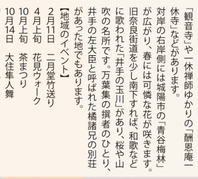
松花堂庭園 map13D

京田辺

奈良と京都の文化の中間地

木津川に架かる赤いアーチ型の橋が山城大橋です。左岸に広がる京田辺市は、国宝十一面観音立像（天平時代）がある「観音寺」や「休禅師ゆかりの「酬恩庵（一休寺）」などがあります。対岸の右岸側には城陽市の「青谷梅林」が広がり、春には可憐な花が咲きます。旧奈良街道を少し南下すれば、和歌などにも歌われた「井手の玉川」があり、桜や山吹の名所です。万葉集の現者のひとり、井手の左大臣と呼ばれた橘諸兄の別荘があった地でもあります。【地域のイベント】2月11日 二月堂竹送り／4月上旬 花見ウォーク／10月上旬 茶まつり／10月14日 大住隼人舞【ここがおすすめ】飯岡古墳群・作岡神社（飯岡・草内）／茶畑・甘南備山


観音寺大御堂 map17H


観音寺十一面観音立像 map17H

寿宝寺 map17J
十一面千手千眼観音立像

旧燈庵一休寺 map16H

相楽

様々な文化が融合する拠点

昔このあたりの港は石や材木を荷揚げし奈良へ物資を運ぶ拠点でした。また、加茂には「蛇塚古墳」と「岩船寺」「浄瑠璃寺」「海住山寺」があり、当尾、とおの二には「沿道に石仏」が並んでいます。かつて「都」が置かれたもので、最古級の関西学術研究都市と歴史ある街並みとが融合した地域です。【地域のイベント】2月中旬～3月中旬 当尾の里 梅まつり／4月上旬 当尾の里 桜まつり／11月上旬～中旬 当尾の里 紅葉まつり【ここがおすすめ】岩船寺／浄瑠璃寺／海住山寺

茶問屋

浄瑠璃寺 九体仏 map23P

海住山寺
五重塔 map19P

岩船寺三重塔 map23Q

春の瑞宮大権殿跡 map19P

岩船寺わらい仏
map23Q

奈良・西の京

世界遺産が連なるのどかな風景

ユネスコの世界遺産「古都奈良の文化財」にも登録されている平城宮跡。現在、「朱雀門」、東院庭園、「第一次大極殿」が復原され、時空をこえることができます。佐保川に沿って散策すると、のどかな田園の中に奈良を代表する名刹「薬師寺」や「唐招提寺」があらわれます。天平の風を受けながら、のんびりと贅沢な時間が過ごせます。【ここがおすすめ】春日大社／東大寺／興福寺／平城宮跡／唐招提寺／薬師寺

平城宮跡朱雀門 map25K

平城宮跡（東院庭園） map25K

垂仁天皇陵 map26J

写真：奈良市観光協会

大和郡山・斑鳩

金魚と出会えるまちと聖徳太子ゆかりの地

金魚の里として知られる大和郡山市。数多くある金魚池が郡祭を誘います。町の中心にある天正8年（1580）に築かれた郡山城、現在は追手門、隅櫓、多門櫓などが復元され、往時を偲ばせます。日本さくらの名所百選にも選ばれ、市民の憩いの場となっています。城下町には、「餅町」、「雑穀町」など今も昔の名が残り、江戸時代の風情を味わうことができます。聖徳太子ゆかりの寺院が集まる斑鳩の里。日本で最初に世界文化遺産に登録された法隆寺・法起寺はもちろん、斑鳩三塔のひとつに数えられる三重塔がある法輪寺、穏やかな微笑みが魅力的な弥勒菩薩の中宮寺、紅葉の名所の竜田川、法隆寺の守護神といわれる龍田神社、ぼっくり寺として名高い吉田寺、藤ノ木古墳など魅力溢れる地域です。【地域のイベント】3月下旬～4月上旬 大和郡山お城まつり／6月 矢田寺あじさい園開園／8月 法隆寺秘宝展／8月～6月 春期 3月～6月 秋期 9月～11月【ここがおすすめ】郡山城下町／慈光院／法隆寺

慈光院 map29H

龍田神社 map31F

郡山城跡 map28J

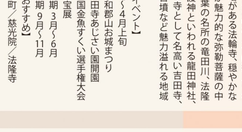
龍田公園 map31E

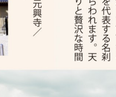
箱木館（祖屋） map28J

飛鳥

日本の国づくりの原点

この自転車ルートの南端に位置する飛鳥は古代日本の歴史を創り出した地。のどかな田園風景の中から、飛鳥時代の宮殿跡などの史跡が多く発掘されています。今、何故か懐かしいと感じる原風景に心が癒されたり、訪ねる多くの人を魅了しています。【地域のイベント】9月 飛鳥坐神社おんだ祭り／9月～11月 石舞台古墳夜桜ライトアップ【ここがおすすめ】石舞台古墳／岡寺／甘樫丘／飛鳥寺


石舞台古墳 map41M


藤原宮跡 map38KL

亀石 map40L

甘樫丘からの眺め map40L

稲渕のかかしロード
map41L

馬見・田原本

弥生の歴史文化を体感

大和盆地の中ほぼ中央に位置し、弥生時代のムラが営まれた唐古・鍵遺跡、大規模な環濠集落で、この時代の中心であった。また、古墳時代の南部に入っています。町内には、大和三山の南西部にあたる古代の藤原京跡、大和高田市にまたがる古墳時代前期に築かれた日本最大の前方後円墳の「巨大古墳」が多数集中しています。また、日本最古の官道「下ツ道」が町内を縦断しており、歴史街道を体感してみましょう。【地域のイベント】2月21日に近い日曜日 鏡花神社 御田植祭／6月第一日曜日 今里・鏡・乾堂き／7月中旬～土日 津島神社祇園まつり【ここがおすすめ】唐古・鍵遺跡／鏡作神社／秦楽寺／馬見丘陵公園

ナガレ山古墳 map34F

唐古・鍵遺跡 map33K

廣瀬神社 map32G

大塚山古墳 map32G

藤原京

日本で最初の本格的な都

694～710

持統8年（694年）に持統天皇は、飛鳥浄御原宮から西北西に、日本史上最初の最大の都城を造営しました。条坊制に基づいて造られた本格的な中国風都城で、持統、文武、元明の三天皇が居住しました。橿原市南部に藤原宮の大極殿の土壇が残されており、周辺に広がる藤原京とともに発掘調査が続けられています。宮跡は、世界遺産の暫定リスト「飛鳥・藤原の宮都とその関連資産群」の構成資産のひとつとなっています。

平城京

和銅3年（710）、元明天皇が藤原京から遷都して造営されました。都は「唐の都「長安」を模して造営されました。条坊制に基づいて造られた本格的な中国風都城で、持統、文武、元明の三天皇が居住しました。平城京跡は、世界遺産の暫定リスト「飛鳥・藤原の宮都とその関連資産群」の構成資産のひとつとなっています。

710～784

国際都市 シルクロードの終着点となった

恭仁京

謎につつまれた幻の都

740～743

天平12年（740）、聖武天皇により長岡京から平安京に都が遷されました。都は東西約4.5ｋｍ、南北約5.2ｋｍの長方形型に整備され、中央北部に大内裏、その朱雀門から南に延びる朱雀大路より東側を左京、西側を右京として区画されていました。高さ57メートル、現存日本最大の高さを誇る五重塔で有名な東寺は「都の南玄関」羅城門の東に作られたものです。当時の大路や小路の名称が現在も通りの名として残されています。

長岡京

謎を呼ぶミステリーの都

784～794

延暦3年（784）に桓武天皇は桂川や宇治川などの水上交通の便利であったことなどから、現在の乙訓地方に都を遷しました。都は、東西4.3ｋｍ、南北4.8ｋｍの南北に長い方形で、中央の朱雀大路を境に西側に右京、東の東に左京、その東に東に外京（現在の京長町周辺）がなり、シルクロードの終着点として大陸から多くの文物が伝わり国際的都市としてのわいくの寺社が平成10年（1998）に古都京都の文化財として世界遺産に登録・朱雀門や大極殿が復原されています。

平安京

永遠の平和への願いが込められた都

794～1180

延暦13年（794）桓武天皇により長岡京から平安京に都が遷されました。都は東西約4.5ｋｍ、南北約5.2ｋｍの長方形型に整備され、中央北部に大内裏、その朱雀門から南に延びる朱雀大路より東側を左京、西側を右京として区画されていました。高さ57メートル、現存日本最大の高さを誇る五重塔で有名な東寺は「都の南玄関」羅城門の東に作られたものです。当時の大路や小路の名称が現在も通りの名として残されています。

嵯峨嵐山周辺詳細図

凡例

推奨ルートの標高と距離

●…標高(m)

嵐山
渡月橋
2.0km
松尾橋
1.8km
上野橋
0.8km
西大橋
1.8km
桂離宮
2.6km
久世橋
2.6km
久我橋
0.2km
向日橋
2.1km
羽束師橋
3.3km
宮前橋
京都競馬場
1.7km
かやさた自然運動公園
0.7km
御幸橋
3.4km
木津川大橋
1.8km
上津屋橋（流れ橋）
3.9km
城陽市立木津川河川敷運動広場
0.4km
大住橋
0.6km
田辺橋
3.1km
山城大橋
3.0km
玉水橋
4.0km
開橋
3.3km
浜橋
3.2km
木津IC
2.5km
コナベ古墳
1.9km
平城宮跡
1.3km
平城宮跡資料館
2.0km
唐招提寺
0.8km
薬師寺
1.0km
九条公園
1.8km
郡山城跡
3.8km
慈光院
5.3km
御幸橋
0.6km
長屋王邸宅
2.9km
奈良県第二浄化センター
1.5km
馬見大橋
2.1km
広陵運動公園
3.2km
東運動公園
2.7km
大和高田バイパス出交差点
1.9km
橿原運動公園
1.9km
四条町交差点
0.9km
かしはら万葉ホール
2.9km
甘樫の丘
1.2km
伝飛鳥板蓋宮跡
1.3km
石舞台古墳
嵐山～飛鳥
総移動距離 89.8ｋｍ
最大高低差 126m

安全のためにルールを守りましょう。

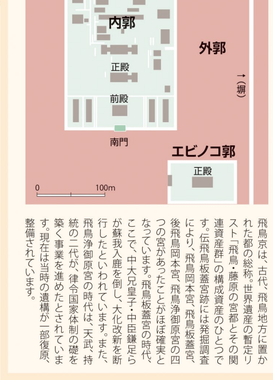
1. 自転車は車道を走行するのが原則です。
2. 車道は左側を通行しましょう。
3. 歩道を通行する場合は歩行者優先で、車道寄りを徐行運転しましょう。
4. 安全ルールを守ってください。
   1）飲酒運転・二人乗り・並進の禁止。
   2）夜間はライトを点灯してください。
   3）交差点での信号遵守と一時停止・安全確認を行いましょう。
5. 万一転倒した時に頭を守るため、ヘルメット※を着用してください。

※13歳未満の児童や幼児が運転する場合、その保護者は乗車用ヘルメットをかぶらせるように努めなければなりません。（道路交通法第63条の10）

飛鳥詳細図

飛鳥京

条坊制が出来る前の都のはじまり

643～694

飛鳥京は、古代、飛鳥地方に置かれた都の総称で、世界遺産の暫定リスト「飛鳥・藤原の宮都とその関連資産群」の構成資産のひとつです。飛鳥地域の宮殿は、7世紀の天皇により、「飛鳥岡本宮」「飛鳥板蓋宮」「飛鳥浄御原宮」「藤原宮」の四つの宮があったことが確実となっています。「飛鳥板蓋宮」の時代、乙巳の変（大化改新）を断行したといわれています。また、「飛鳥浄御原宮」の時代は、天武、持統天皇により、「飛鳥浄御原令」の制定や、律令国家体制の礎を築く事業を進めたとされています。現在は当時の遺構が一部復原、整備されています。