

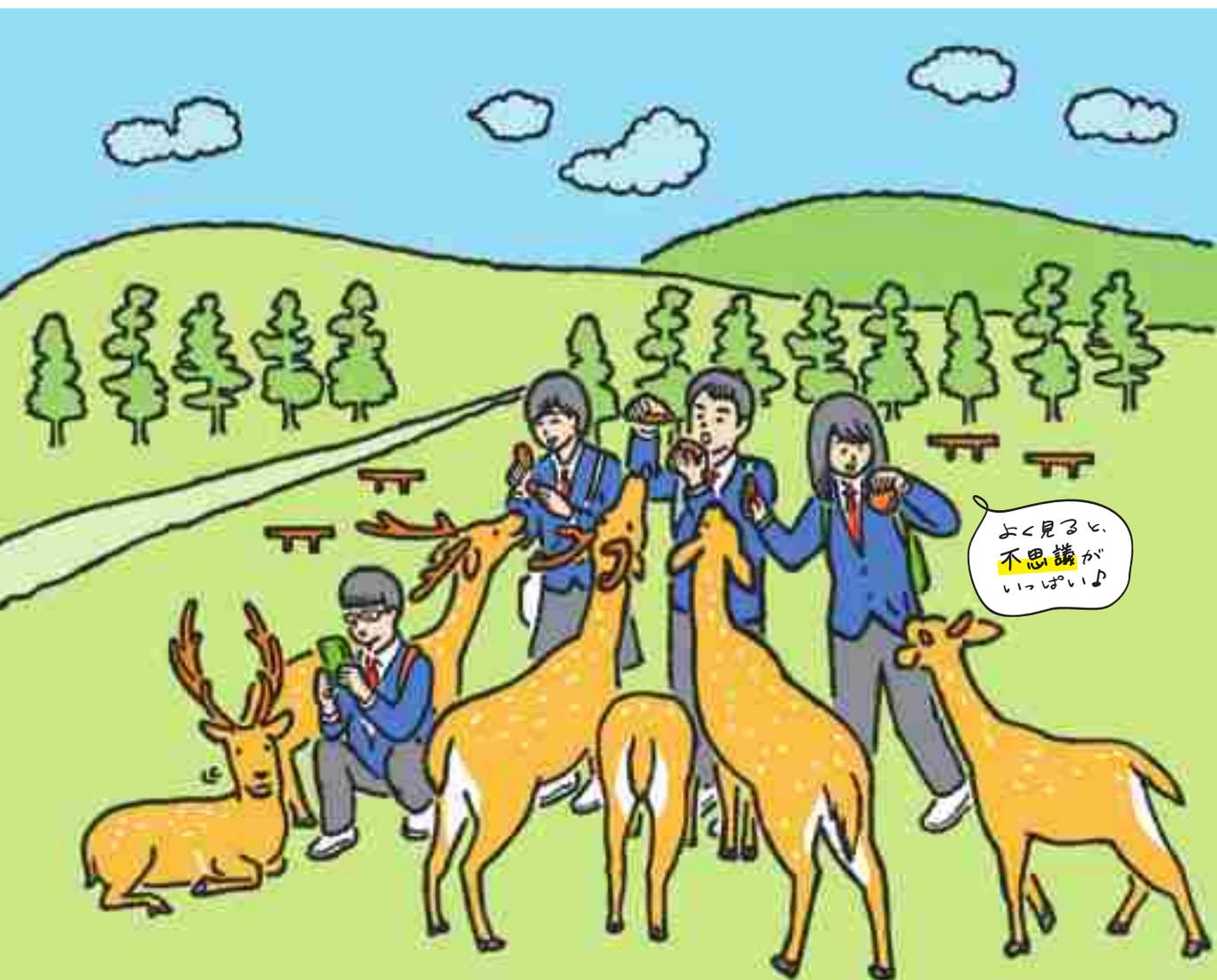
初めてでも
歩きやすい
奈良公園
マップ付

奈良公園 ガイドブック

for students

奈良公園の「なぜ？」を知る9ストーリーズ

平城京／東大寺／春日大社／興福寺／シカ／
植生と植物／伝統工芸／奈良国立博物館／近代文学



平城京と奈良公園の
関係とは？



春日の山々のエネルギーを受け取る平城京

大和盆地の北東部に広がる奈良公園では、東の奥に春日山系の山々、春日奥山がどっしりと構え、その山々から西へと連なる野や尾根が、谷と崖を交えながら盆地の平野部に手を伸ばしている。春日奥山は、修行の林であり、信仰の山であり、聖なる力の源であった。ただし、山々からあふれ出るエネルギーの中には人間にとって邪悪なものも混ざり得るため、それを浄化する必要がある。その役割を期待されたのが興福寺をはじめとする奈良公園の社寺だろう。古代都市・平城京にとって奈良公園は、都市の周縁部に位置し、都市空間や人々が神仏や聖なるものと接し、混ざりあい、共に過ごす空間、あるいはそれらへの扉だった。平城京は、奈良公園を経由した春日奥山からのエネルギーを受けて成長し発展していったといえる。

そんな平城京は和銅三(七一〇)年、元明天皇が律令制に基づいた政治を行う中心地として、藤原京から遷都した。手本にしたのは、その頃最も文化の進んでいた唐(中国)の長安で、主導したのは藤原不比等と目されている。

平城京は碁盤目状の街区が特徴で、一つのマス目を「坊」と、その東西の連なりを「条」と呼ぶ。街の中心を南北に貫く幅七五メートルのメインストリート、朱雀大路を境に、東側を左京、西側を右京と呼ぶ。街の北端中央、四マス分とすこし東に張り出した場所「外京」が、天皇の坐す政治の中心、平城宮である。春日の山々から流れ出たエネルギーは、尾根と谷とを通過して、平城京に暮らした人々や官人・貴族の、そして平城宮で日本を統治した天皇のもとへ届けられたわけだ。

写真提供=平城宮跡管理センター 監修=馬場基(奈良文化財研究所)

ココも見どころ！

朱雀門ひろばで奈良の歴史や文化を体感しよう！

平城宮いざない館、天平みつき館、天平うまし館、天平みはらし館(展望デッキなど)、天平つどい館(集合スペース)と芝生広場、復原遣唐使船などの屋外スペースを合わせた広大なひろば。



知れば
知るほど
面白い

奈良公園ってこんなところ！

奈良公園で
出会う
「なぜ？」を解決！



写真：右=桑原英文 左=奈良観光(PIXTA)

自然を利用した 広大な公園



若草山や春日山原始林など緑が豊富な公園は、春日大社などの社寺を含めると約660ヘクタール、東京ドーム140個分もの広さがある。

世界遺産が いっぱい！

1998年に「古都奈良の文化財」として8つの施設・史跡・天然記念物が世界遺産に登録された。その内の東大寺、興福寺、春日大社、春日山原始林が奈良公園内にある。



contents

奈良公園の「なぜ？」を知る9ストーリーズ

- P3 平城京
- P4 東大寺
- P5 春日大社
- P6 興福寺
- P7 奈良公園のシカ
- P8 奈良公園の植生と植物
- P9 奈良公園周辺の伝統工芸
- P10 奈良国立博物館
- P11 奈良公園と近代文学
- P12 珍しくておいしい奈良フード
- P13 テーマ散歩のススメ
- P14 マップ①東大寺エリア/春日大社エリア
- P15-16 マップ②奈良公園及び周辺広域
- P17 マップ③興福寺・元興寺・ならまちエリア
- P18 奈良公園の散策に役立つ虎の巻

奈良を愛した文豪とは？



Q この人はだれ？

奈良とゆかりの深い、当時としてはモダンな名前の五人の子供を...

お医者さん？ ああ！門の名前！

春日大社の有名なお祭りはどのようなもの？



1000年以上続く、国の繁栄を祈る神事

神護景雲二(七六八)年、平城京や人々を守る神として、また藤原氏の氏神として創建された春日大社。現在も国家・国民の平和と繁栄を祈る祭りが年間二二〇〇回近く斎行されている。

「春日祭は、京都賀茂社の「葵祭」、石清水八幡宮の「石清水祭」と共に日本三大勅祭の一つに数えられ、その始まりは嘉祥二(八四九)年以前に遡る。朝廷により国家安泰が祈願され、最盛時の奉仕者は総勢二〇〇人以上に上ったと推定される。現在は宮内庁より天皇の御使者として勅使がつかわされる。平安時代の法典『延喜式』どおりの御幣物が捧げられ、国家安泰を願う天皇のお言葉である御祭文が奏上される。(春日祭は非公開。参進行列のみ一部拝観可)

また奈良最大の祭りとして有名な「春日若宮おん祭」は、春日大社の若宮の例祭で、万民和楽を願って始まった。祭礼には当初から皇室や藤原摂関家が深く関与し、若宮様を御旅所(臨時の祭礼地)にうつして神楽や田楽、猿楽、細男、舞楽などの芸能や、参道にて流鏝馬、競馬などの武芸が奉納された。現在

ココも見どころ！

日本の社寺で 灯籠の数が1番多い

春日大社には石灯籠が約2000基以上、釣灯籠が約1000基以上ある。戦国武将や徳川家から奉納されたものが目立つが、9割以上は商家などの庶民から奉納されたもの。



は二月一七日に行われ、二〇〇〇人の時代装束の奉仕者と五〇頭の馬により街を廻る壮麗なお渡り式が目玉で、神霊を御本殿から御旅所へお遷しする遷幸の儀も古代の神遷しを唯一今に伝える神秘的なものである。御旅所祭では、八時間に及ぶ芸能奉納が御仮殿の斎庭である芝舞台で行われる。この神事は芝居の語源ともされており、御旅所祭開始の合図である埒明之儀も「埒が明かない」の語源であるという。春日若宮おん祭は国の重要無形民俗文化財に指定されている。

撮影=桑原英文(中門) 監修=松村和歌子(春日大社国宝殿)

なぜ『華嚴経』を取り入れたのか？



すべての生命の繁栄を願い続ける東大寺

「奈良の大仏さま」として親しまれている大仏は、正式名称を「盧舎那仏」といい、第四十五代聖武天皇の発願によって造られた。盧舎那仏とは『華嚴経』に説かれる仏で、『華嚴経』は人々の苦しみを救おうとする菩薩のために説かれた経典。東大寺の源である金鐘山寺では、天平二(七四〇)年から三年間にわたって華嚴経の研究が行われ、これが三年ごとに繰り返された。その教理研究を踏まえて、聖武天皇は華嚴経にいう「菩薩に自らを擬え、苦悩する衆生を救う」という菩薩としての誓願を立て、民一人一人の救済を誓った。聖武天皇が大仏を造ろうと、天平二(七四〇)年に発した「盧舎那大仏造立の詔」の中で、「もし枝の草、一把の土という、たとえわずかな力であっても、進んで造像事業に参加しようとする者があれば許すように」と表したのも、こうした天皇の想いの表れといえる。

天平九(七四七)年に始まった大仏の鑄造は三年の歳月を経て天平二二(七四九)年に完成した。また、同時に大仏殿の建立も進み、東大寺に残る記録によると、工事のさまざまな工程に

ココも見どころ！

国宝などを展示する 東大寺ミュージアム

東大寺ミュージアムは、寺宝を安置・展覧することを目的に建てられた。本尊の千手観音菩薩像をはじめ、法華堂伝来の日光・月光菩薩像など国宝や重要文化財を堪能できる。



関わったのは、当時の人口の半分に近い延べ二六〇万人余りとも記されている。そして、遂に天平勝宝四(七五二)年四月九日には盛大な開眼供養会が営まれた。開眼導師はインド僧の菩提僊那が務めた。民衆を知識(わが友)としてともに大仏を造るという、聖武天皇の発願以来の強い想いが結実した瞬間だった。

このように、東大寺は聖武天皇が、動物も植物も含めたすべての生き物が栄えることを願ったことから、天下泰平・万民豊楽を祈願する道場となり、今にその想いを伝えている。

撮影=写真家・三好和義 監修=森本公稔(東大寺)

なぜ奈良公園には
たくさんのシカがいるの？



神鹿として1000年以上、大切にされてきたシカ

奈良公園には約二〇〇頭のシカが暮らしている。なぜ、奈良公園にはこんなにシカがいるのだろうか。その理由は、奈良の歴史に関係している。春日大社の言い伝えによると、神護景雲二（七六八）年、春日大社の神さまのひと柱「武甕槌命」が、白鹿に乗って御蓋山に降り立ったという。この白鹿の子孫が、公園で暮らすシカといわれる。シカは長らく「神鹿」と呼ばれ、奈良の人々によって大切に守られてきた。現在は、国の天然記念物「奈良のシカ」としても知られている。

シカは、公園で暮らす野生動物だ。日中は東大寺南大門前や春日大社参道脇、夕方は奈良国立博物館の敷地や春日野園地、春日大社境内などで、群れで行動している。シカの毛は年に二回生え変わるが、春から夏は茶色に白い斑点（鹿の子模様）の夏毛、冬になるとメスは灰褐色、オスは濃い茶色の冬毛になる。ちなみに、角が生えるのはオスだけである。

私たちがシカに与えることができるのは、公園で販売されている「鹿せんべい」だけだ。鹿せんべいを与える時は、シカが

ココに気をつけよう

ごみはきちんと持ち帰ろう

写真は亡くなったシカの胃から出てきたごみ。シカはごみを食べると、体内で消化できず、亡くなるおそれがある。シカを守るために、必ずごみは持ち帰ろう。



集まってくるので、落ち着いて一枚ずつ与えてみよう。鹿せんべいが無くなったなら、手を広げて見せると、シカはその場から離れていく。あくまでも野生動物なので、気をつけて接してほしい。

シカは、保護団体である奈良の鹿愛護会の手で保護されている。愛護会では、怪我や病気のシカを「鹿苑（無料で見学可能）」で保護している。毎年六月には、シカを観察するイベントとして「子鹿公開」を開催しており、ここでは母シカと子シカを間近で観察できる。

写真=鹿サポーターズクラブ、(一財)奈良の鹿愛護会 監修=東城義則(立命館大学)

紆余曲折？
興福寺のあゆみ



至宝を未来へ—興福寺1300年の歴史

平成二二（二〇一〇）年に創建二三〇〇年を迎えた興福寺。平城京遷都にともない現在の場所に移された。開基は藤原不比等と、和銅七（七二四）年に伽藍の中心堂宇として中金堂が竣工。その後、北円堂や東金堂、不比等の娘光明皇后によって五重塔が建立された。奈良時代後期におおむね完成した興福寺伽藍は、平安時代に建造した南円堂をもつて、いっそう荘厳な宗教空間となった。一方、教学面においては、インド、中国から伝わった教え（唯識）を学ぶ寺院として、奈良仏教の中心として息づく。

藤原氏が栄耀栄華を極めた中世には、実質大和国を支配し、文化の中枢を担う大寺院となる。芸能や食の発展においても重要な役割を果たし、特に能楽、清酒（醸造技法の確立）の進歩に大きく貢献した。しかし、武士が台頭する戦国時代以降は徐々に衰退。度重なる火災にも見舞われ、享保二（一七二七）年の大火で焼失した西金堂や南大門は現在も再建には至っていない。明治以降は新政府の政策（神仏判然令など）により、苦しい時期もあった。だが、明治三〇

ココも見どころ！

現代に継承する五重塔の建築技法

日本国内で地震によって倒れた五重塔や三重塔はないと言われる。なんと、東京スカイツリーは五重塔の制振構造を参考にして建設された。古来の建築技法は現代に受け継がれている。



二八九七）年の古社寺保存法の公布を契機に、諸堂や仏像の修理を精力的に行い、貴重な文化財を今日に伝える。そして平成一〇（一九九八）年には、古都奈良の文化財の一つとして、世界文化遺産にも登録された。

令和五（二〇二三）年からは、二二〇年ぶりとなる五重塔大修理が始まった。保存修理の完了は令和三三（二〇三三）年の予定。先人が集積した技術を継承し、新しい発見も大いに期待される。託された至宝と文化を未来へ受け渡し、想いをつなぐ興福寺に注目しよう。

撮影=飛鳥園 監修=辻明俊(興福寺)

奈良の伝統工芸には
何がある？



奈良公園には
どんな植物がある？



奈良は多くのモノの“発祥の地”

現在に伝わる奈良の伝統工芸は、天平文化の遺風を脈々と受け継ぎ、作り手によるたゆまぬ挑戦のもと新たな魅力を創り出している。中でも特筆すべきは、奈良筆と奈良墨だろう。

日本に残っている筆として、最も古く、有名なものは天平勝宝四（七五二）年の大仏開眼に使われた天平筆で、現在も正倉院御物として保存されている。筆作りの歴史は平安年間、中国に渡った弘法大師（空海）が毛筆の製法を修め、大和国今井（現在の奈良県橿原市今井町）に住んでいた坂名井清川にその作り方を伝えたことが始まりといわれている。その後、奈良筆は各寺社の記録用筆、写経用筆を中心に発展していった。奈良筆は、ウマやタヌキなど十数種類の動物の毛を原料とし、弾力や長さなど異なる毛質を巧みに組み合わせる「練り混ぜ法」という伝統的な技法を用い、一本一本手作業で作られている。

墨は今から約一四〇〇年前に中国から日本にもたらされた。墨には松煙墨と油煙墨とがあるが、「南都油煙墨」と呼ばれる奈良墨は、興福寺二諦坊にて、天井にたまった持仏堂の灯火の

奈良公園ならではのユニークな植生に注目

街中で豊かな自然と触れ合える奈良公園。この植物は、シカに多くの影響を受ける。例えば、シカに食べられてしまい目立つ草花がほとんどなく、樹木はシカの口が届く高さまで枝葉がない。一方、毒で防衛するものや、被食に耐性があるものは、ライバルが減り、おのずと生育場所や光の獲得で有利になる。

春日大社との縁が深いナギもその一例。シカが食べない楕円形の葉が目印で、春日大社の境内地に普通に見られるが、もともとは奈良に自生しないマキ科の裸子植物だ。古い時代に献木されて以来、神聖な木として大切にされ、分布を広げ御蓋山を中心に樹林を形成した。奈良公園に來たらずひ覚えてほしい。

アセビやイヌガシも同類だ。アセビは庭木によく使われるツツジ科の低木で、二月頃から枝先の花序に白い釣鐘形の花を多く咲かせる。イヌガシはクスノキ科の亜高木で、早春に多数の赤い花をつける。雄花は雄しべの葯まで赤い。葉の中央に一本、両脇へ一本ずつの三行脈と呼ばれる葉脈が特徴だ。

シカが食べない草で面白いのがイヌクサ科のイラクサ。触れると

毒液の入った微細な棘（刺毛）を刺してくる邪悪な多年草だ。さわると痛みでイラツとするのでイラクサというらしい。シカがすむ地域ではすまない地域に比べて棘の密度が高いという。刺毛は草食動物に対する防衛なのである。

逆にシカに食べられながら繁栄するのがシバ。飛火野の芝生で高さが5cmしかないイネ科のシバが優占できるのもシカのおかげ。もちろんシバも食われるが、じつは食べ残しから再生するワザを持つ。種子は消化されず生きたまま糞に混じり、ちやっかりシカに散布させる。

ココも見どころ！

奈良の伝統工芸に触れてみたいなら「なら工芸館」へ！

常設展示室＝工芸作品などの展示。販売コーナー＝奈良の工芸品を販売。ギャラリー＝阿字万字＝個展など発表する場として利用可能。研修室＝工芸に係る体験教室などを実施。入館無料。

すすを集め、これに膠を加えて作ったのが始まりといわれ、現在、固形墨に誇っている。奈良墨は粒子が細かく均一で、不純な混合物をほとんど含まないので、色に変化がなく、そのつやと深みから、多くの書家に愛用されている。正倉院には現存する最古の墨が当時のままの形で保存されている。

奈良にはその他、赤膚焼、奈良団扇、奈良晒、奈良一刀彫、奈良漆器、古楽面など、長い歴史を誇る伝統工芸が今も息づいている。

ココも見どころ！

奈良公園の名物！おかつば桜

奈良公園のしだれ桜は「おかつば桜」と呼ばれ、SNSで注目を集めている。これは、シカたちが地上2mくらいまで花や葉を食べてしまうことから自然に生まれたカタチである。

写真提供＝なら工芸館 監修＝西川雅子（学芸員）

写真＝PIXTA / へいぐり（ナギの枝と種子）、masaaki（おかつば桜） 監修＝松井淳（奈良教育大学）

なぜ森鷗外は奈良にやって来たのか？



森鷗外、正岡子規ら奈良に滞在した文人たちの軌跡

近鉄奈良駅から春日大社に向かって登大路を上っていくと右手に奈良国立博物館が見えてくる。その少し先、交差点の隅になぜか門だけがある。脇にある碑には「鷗外の門」と刻まれている。「鷗外」とは文豪・森鷗外のことである。大正時代、鷗外が奈良出張中に滞在した官舎がこの場所であり、現在は「門」だけが残っている。なぜ、鷗外は奈良に来たのか？

軍医でもあった鷗外は退職後、大正六（一九一七）年に当時東京、京都、奈良にあった「帝室博物館」の総括責任者に就任。その仕事の一つが正倉院の曝涼に立ち会うことだった。曝涼とは、夏秋の晴天の日に倉庫にある衣類や書物などに風を通す「虫干し」のこと。その開閉の儀式に立ち会ったのが鷗外の役目だった。鷗外は奈良に滞在中の体験を歌に詠み、「奈良五十首」にまとめている。曝涼の作業は晴れた日にしかできないため、雨の日は鷗外の仕事は休みになる。「晴る日はみ倉守るわれ傘さして巡りてぞ見る雨の寺寺」（奈良五十首）―雨の日は傘を差して奈良の名所旧跡を巡ることを楽しみにしていたことが伺える。

ココも見どころ！

文人たちが集った志賀直哉旧居

昭和4（1929）年に志賀直哉の設計で建てられた邸宅を、奈良学園が復元修復。現在は「奈良学園セミナーハウス志賀直哉旧居」として公開されている。文人たちが集った邸宅で想いをはせよう。



東大寺・転害門近くの「日本料理 天平倶楽部」の敷地内に「子規の庭」という庭園がある。「子規」とは近代俳句・短歌の革新者、正岡子規のこと。この場所にはかつて対山楼という宿があり、子規は明治二八（一八九）五年一〇月末に三日間滞在した。夕食後、柿を食べながら東大寺の鐘の音を聞いたことが、子規の名句「柿くへば鐘が鳴るなり法隆寺」の着想となった。

奈良に滞在した文人はほかにも、会津八一、堀辰雄、志賀直哉らが名を連ねる。文人たちが愛した奈良の風景を訪ねてみよう。

監修＝光石亜由美（奈良大学）

奈良国立博物館には、どんな施設があるの？



必見！世界トップレベルの仏像展示施設

奈良国立博物館（以下、奈良博）には、「なら仏像館」「西新館」「東新館」「青銅器館」という四つの展示施設と、仏教美術に関する調査研究資料の作成・収集・整理・保管、そして公開するための「仏教美術資料研究センター」・「文化財の修理を行う「文化財保存修理所」がある。

奈良博では現在、館藏品と寄託品を合わせて約六〇〇件の仏像を収蔵している。「なら仏像館」では、これらの収蔵品の中から適宜選りすぐり、定期的な展示替えを行いながら、常時およそ一〇〇件の仏像を展示。日本の飛鳥時代から鎌倉時代の仏像を中心に、中国や朝鮮半島のものも含め、数多くの仏像を間近で鑑賞できる。このように、「なら仏像館」の仏像展示は大変充実していることから、世界トップレベルといえる。

開館当初よりある「なら仏像館」の建物は、昭和四四（一九六九）年に「旧帝国奈良博物館本館」として重要文化財に指定された。そして平成二八（二〇一六）年に展示室の内壁や照明設備・展示ケースなどを大幅にリニューアルし、さらに令和三（二〇二一）年には、奈良県吉野郡吉

ココも見どころ！

奈良国立博物館をより楽しく見学しよう

学校団体向けの、奈良国立博物館をより楽しく見学できるプログラム。「Aプラン：事前学習」と「Bプラン：展示見学（地下回廊となら仏像館）」があり、いずれも無料で利用可能。事前予約制。



野町の金峯山寺から、高さ五メートルの巨大な金剛力士立像「軀」を迎えて展示を一新するなど、仏像の魅力を発信し続けている。「仏教美術資料研究センター」の建物は明治三五（一九〇二）年に完成し、奈良県物産陳列所として開館した、日本を代表する近代和風建築である。

また、「文化財保存修理所」には仏像や絵画・書跡、漆工芸品の修理を行う各工房が入所し、国内最高峰の修理技術を有する技術者が国宝や重要文化財など数々の文化財の修理を行っている。

監修＝翁みほり（奈良国立博物館）



現存する最古の和歌集である「万葉集」。この中に出てくる奈良公園を詠んだ数々の歌の風景や地名は今も残る。御蓋山や春日野、四季折々の草花などのキーワードをもとに、「万葉集」を手に奈良公園を散策するのもよし、公園内に建てられた八つの万葉歌碑を探

古の奈良に思いを馳せて 万葉歌碑をめぐる

し歩くのもよし。また日本最古と言われる植物園、萬葉植物園には「万葉集」に詠まれている約三〇〇種の万葉植物が植えられているので、古の奈良の草花を愛でるのもまたよし。



東大寺や春日大社周辺をはじめ、奈良公園に点在する8つの万葉歌碑。山上憶良(写真左)、大伴家持といったメジャーな歌人から作者未詳(同上・右)のものまで、歌碑を探すのも楽しい。



*万葉歌碑の場所はP14・P17のマップ参照

テーマ散歩のススメ

奈良公園を
いろいろ
巡ろう！



グループで回遊したり個人で散策する時、目的を持たずに歩くよりも何かのテーマをもとに回ってみるのもおもしろい。ここでは奈良ならではの歴史や文化を感じられるテーマを紹介。



奈良国立博物館仏教美術資料研究センター(写真左上)は明治中期を代表する近代和風建築。木造、瓦葺きといった和風の中に、イスタム風の窓枠を取り入れるなど、東西の文化を巧みに融合させている。また昭和5(一九三〇)年建築の日本聖公会奈良基督教会(同



奈良といえば古い歴史だけだと思いがちだが、このようなレトロモダンな建築物も見ることができる。奈良公園の歴史とともに懐の深さも感じてほしい。



*近代建築の場所はP14・P17のマップ参照

レトロモダンな 近代建築をめぐる

右下)は、教会でありながら和風建築の珍しい建物。他にも明治開業の和洋折衷の趣のある奈良ホテル(同左下)や古代ギリシャ様式建築の南都銀行本店(同右上)など、レトロモダンな建築物を巡ってみるのも楽しい。

※南都銀行本店は2024年度中に移転予定

知ってた？

珍しくておいしい奈良フード

旅行の楽しみのひとつに「食べる」ことがある。かつて文豪・志賀直哉は、奈良は「食ひものはうまいものない所だ」と言ったとか？ いえいえ、そんなことはありません。せっかくの修学旅行、古の奈良の食をぜひ知ってほしい。

海のない奈良だからこそ 生まれた郷土食の誉れ



柿の葉寿司

0120/PIXTA

塩じめの鯖と酢飯を柿の葉で包んだ押し寿司で、奈良県内では柿の生産が盛んな五條や吉野川流域で江戸時代中期ごろに発祥した。柿の葉には抗菌作用があり、県内で「柿の葉寿司用の葉」が収穫されている。ネタは鯖と鮭が定番だが、鯛や海老、穴子などもある。緑色の葉のほか、紅葉・黄葉も使われ、目にも鮮やかに映える。

じっくり煮出した茶で炊く 消化優良なおかゆ



茶粥

BUG's MARKET/PIXTA

ほうじ茶や番茶で炊いたおかゆ。素朴な味わいでおなかに優しく、かつては「大和の朝は茶粥で明ける」と言われたほど奈良の朝食の定番だった。しかし、時代とともに家庭の朝食としての出番は減り、今では一部の飲食店などで食べられる。麦を入れたり、塩を振ったり振らなかったり、地域ごとに独特のレシピがある。

伝統とこだわりが生んだ 奈良の野菜たち



大和野菜

プロモリンク/PIXTA

戦前から奈良で生産され、味・香り・形態・来歴などに特徴がある「大和の伝統野菜」と、栽培方法等にこだわった野菜や奈良独自の野菜である「大和のこだわり野菜」の総称。25品目(2017年4月1日現在)が認定されている。ひもとうがらしは炒め物、片平あかねは甘酢漬、味噌漬もは煮っころがし、大和丸なすは田楽…がおすすめ。

粕漬の代名詞 優しく広がる風味はごはんの友



奈良漬

マーボ-PIXTA

酒粕で漬ける漬物。奈良時代の長屋王邸宅跡(奈良市)から「加須津毛」とある木簡が出土したことから、奈良発祥の漬物として、今では県外で漬けられた粕漬も「奈良漬」と言われるほど。白瓜、ナス、スイカ、キュウリ、柿など漬ける食材は多彩で、酒蔵ごとに風味が違う酒粕や製法によって個性があり、食べ比べるのも楽しい。

奈良公園及び 周辺広域マップ



うまく歩けば合格？辻坂

興福寺の南側、三条通にあるこの坂は、雨や雪の日に滑りやすいからこの名前が付いたと言われているが、受験生にとっては何とも気になる名前の坂。この坂を滑らずに無事歩きとおせると受験に合格するとかしないとか。



東大寺MAP OP.14

東大寺MAP OP.14

東大寺MAP OP.14

東大寺MAP OP.14

興福寺・元興寺・ならまちMAP OP.17

興福寺MAP OP.17

元興寺MAP OP.17

ならまちMAP OP.17

春日大社MAP OP.14

春日大社MAP OP.14

春日大社MAP OP.14

春日大社MAP OP.14

平城京から若草山まで、ぐるっとバス を使って効率よく回ろう！

時間の限られた修学旅行。時間を節約するなら3つのルートを守るぐるっとバスを上手に利用して、目的地へまっしぐら！（1乗車100円）

	大宮通りルート	奈良公園ルート	若草山麓ルート
平日	9時～17時 30分間隔	運休	運休
土日祝	9時～17時 15分間隔	9時～17時 15分間隔	10時20分～17時 15分間隔

最新情報はここからチェック！

この情報は2024年3月現在のものです

奈良公園にまつわる伝説

奈良公園には様々な伝説が残る。猿沢池には古くから龍がいるとされ、春日山の奥には干ばつでも水が枯れないと言われる龍王池がある。また春の若草山の山焼きをしないと山から牛鬼が下りてくるとの言い伝えも残る。かように奈良公園には不思議な話が盛りだくさん。

奈良公園の案内書 ～ 極（きわみ）～

東大寺や春日大社などの世界遺産や天然記念物のシカ、伝統工芸、近代文学…。奈良公園を17のテーマで深く知ることのできる1冊！

（監修）千田稔
（編）奈良県
（発行）角川アスキー総合研究所

定価：1500円＋税

興福寺・元興寺・ならまちエリア



幕末緑化計画、川路桜

奈良を名所にしようと興福寺・東大寺の境内へ桜の植樹を提案した、現在の奈良公園緑化の先駆者とも言われる幕末の奈良奉行、川路聖謨の植えた桜は今や川路桜として奈良の春を彩る。その記念碑「植桜楓之碑」は猿沢池畔に今も残る。

ならまち
昔ながらの古い町並みの残るこのエリアは散策にお勧め

なら工藝館 (P.9)



世界遺産 元興寺

元興寺とならまち

観光客で賑わうならまちだが、かつては元興寺の境内地であり、奈良の伝統工芸である筆や墨などここで発展した。現在の町並みは江戸時代初頭に開発されたもの。奈良の歴史を感じながら、ならまちをぜひ散策してほしい。

- 近代建築
- 万葉歌碑
- ⑧ 大伴坂 上郎女

奈良公園の
散策に役立つ

虎の巻

奈良公園といえばやはり社寺とシカは外せない。歩けば必ず出会うかわいいシカに歴史を感じるお寺・神社。その正しい付き合い方を覚えると、もっと奈良公園を楽しむ。

巻ノ壱 シカとの正しい付き合い方を知るべし

奈良公園にいるシカは野生動物である。人に慣れてはいるが、ときには突進してきたり噛みついたりもするので、近づくときは用心して。またシカが病気になるかもしれないので、**鹿せんべい以外のものをあげては絶対ダメ。**



巻ノ弐 寺と神社では参拝方法が違うのだ

お寺は仏さまと一体となる場、神社は神様が住まう場所なので、それぞれ参拝の仕方が違う。**神社は拍手を打つがお寺では音を鳴らさずに手を合わせる。**違いはいくつもあるが、敬意をもって参拝することが大事。



巻ノ参 仏像をもっと楽しむには下調べが欠かせない

仏像をじっくり見ると、微笑んだり怒ったりと様々な表情をしている。またその姿もそれぞれ異なるが、それにはすべて意味があるので、**作られた時代や作者なども調べてから見に行く**とより深く楽しめる。



奈良公園の情報はここからもチェック!



**奈良県公式
TikTok**
奈良の最新情報はこちらから。せんとくんの活躍もお見逃しなく!



**奈良県歴史文化資源
データベース
いかさなら**
奈良県の多数の歴史文化資源を紹介する歴史満喫サイト。



**奈良県公式
Instagram**
世界遺産に困まれた奈良県の観光やグルメの注目情報を発信!



**奈良県観光公式サイト
あをによし
奈良旅ネット**
寺社仏閣や伝統行事の詳細など、奈良への旅に役立つ情報満載。

TOPIC

奈良県広報担当VTuber
「奈々鹿」です。
プロフィールはこちらから



奈々鹿
nanaka
ナナカ

発行:奈良県文化振興課

※本書の掲載情報は2024年3月現在のものです。変更になる場合がありますのでご注意ください。