

あるこう  
**歩くのが好き**  
**上田のまちを**  
 Vol.13



**塩田の秋を** あるこう  
**満喫して歩好**

★コース①…とっこ館～満願寺  
 (十二番札所)～中禅寺～塩野神  
 社～とっこ館 (約7 km)

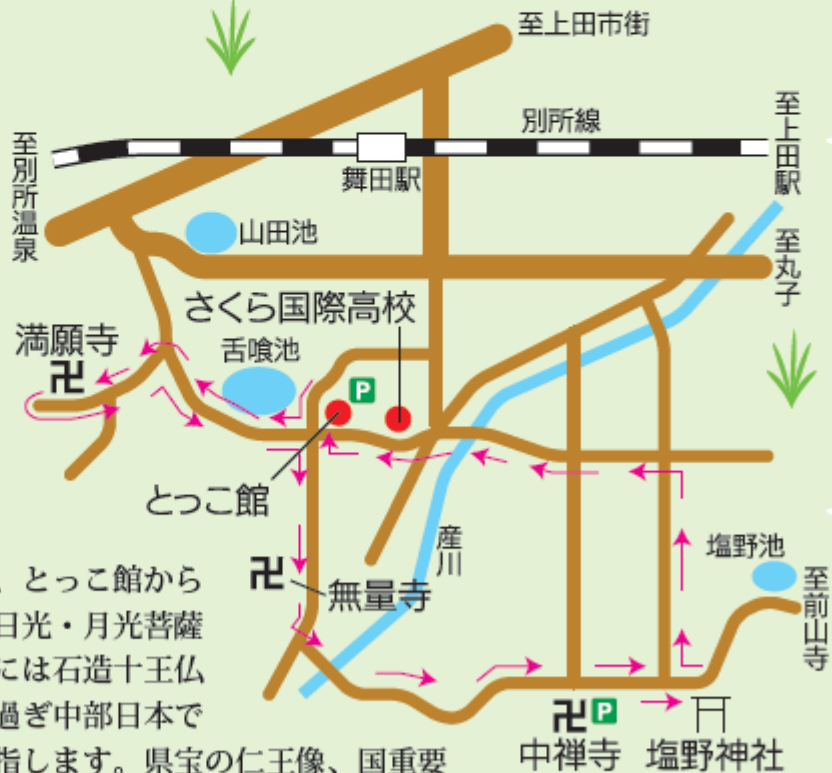
■資料提供/上田市健康推進課

★コース②…とっこ館～舌喰池 (周辺 1 km)  
 ～中禅寺～塩野神社～とっこ館 (約5 km)

中禅寺



塩野神社



★コースの特徴…①は、とっこ館から満願寺を目指します。日光・月光菩薩が安置してあり、境内には石造十王仏があります。無量寺を過ぎ中部日本で最古のお堂中禅寺を目指します。県宝の仁王像、国重要文化財の薬師堂・薬師如来坐像などが安置されています。塩野神社の拝殿は1743年建立で、楼門式の拝殿としては県内では諏訪大社とこの拝殿のみ。建築史上貴重な建造物です。歴史的建造物と美しい秋の風景を楽しみながら、歩いてみませんか。(②は5 kmのショートコースです)