

1 外鎌山(忍坂山) とかまやま(おさかやま)





START 近鉄大和朝倉駅

10分

30分

標高292m、円錐(えんすい)形の形から朝倉富士とも呼ばれ万葉集にも“忍坂の山”と詠まれる。山頂からは大和三山や二上山など奈良盆地を見晴らす。忍阪へ下ると静かな佇まいを残す“奥の谷”に抜ける。



ワクワク 歴史を感じる旅♪



30分

2 大伴皇女押坂内墓 おおとものひめみこおさかのうちのはか

日本書紀に欽明天皇の皇女として記される大伴皇女の墓。延喜式には押坂内墓と記録される。見晴らしが良く多武峰や音羽山などの景観が望める。



3分

3 鏡王女押坂墓 かがみのおおきみおしさかばか



鏡王女の歌碑

万葉歌人として知られ、額田王の姉といわれる鏡王女の墓。天智天皇の妃であったが後に藤原鎌足の正室となる。鎌足の病気の際に回復を祈り、興福寺の起源となる山階寺を建立したと伝えられる。

3分

4 舒明天皇押坂内陵 じょめいてんのうおさかのうちのみささぎ

国内初の八角墳とされている御陵。中大兄皇子(天智天皇)の父として知られる、第34代舒明天皇と母親の田村皇女が合葬されている。



3分

5 神籠石 じんごいし

神武東征時に天皇がこの石に隠れて石垣をめぐらし盾として、この地にいた八十建(やそたける)を討ったという伝説が残る大石。地域では「ちご石」と親しまれる。



4分

6 高円山 石位寺 こうえんざん いしいでら

現在は無住寺で地域住民によって守られる古寺。白鳳時代の名品といわれる「伝 薬師三尊石仏」(重文)を安置する。奥行きのある表現で砂岩に浮き彫りされた三尊は、穏やかな微笑みを浮かべる。

住・桜井市忍阪870
℡・0744-42-7530
（桜井市観光協会）
時・8：00～17：00
￥・大人 300円
※拝観は7日前までに
桜井市観光協会に要申込み





薬師三尊石仏

2分

7 かふぇ・レストラン さらい

トレーラーハウスを利用したカフェ。ベテラン調理師の店主が腕を振るうランチが人気だ。素揚げ野菜をトッピングしたカレーは独自に調合したスパイスが香る本格派。大和さくらいブランド認定の濃厚プリンも◎

住・桜井市忍阪1131
℡・0744-49-2006
営・11：30～17：00
（ランチ～15：00）
休・木曜　P・あり
HP・http://sarai.web7th.jp/





4分

8 玉津島明神 たまつしまみょうじん

祭神は稚日女尊(わかひるめのみこと)と衣通姫尊(そとおりひめのみこと)。衣通姫尊は忍阪で生まれた絶世の美女と伝えられ、境内の井戸の水を産湯に使うと美人になるという伝承がある。





10分

9 忍坂坐生根神社 おっさかにいますいくねじんじゃ

本殿がなく後方の宮山(外鎌山の一部)をご神体とした古社。少彦名命(すくなひこなのみこと)と額田部氏の祖・天津彦根命(あまつひこねのみこと)を祀る拝殿北には神が鎮座するといわれる磐座(いわくら)があり、「石神さん」の名で親しまれる。

住・桜井市忍阪487



9分

10 MAMAN洋菓子店

今年で40周年を迎えた洋菓子店。地元奈良の素材にこだわり“体にやさしいお菓子”が地域に親しまれる。『シュークリーム』はやわらかいシュー生地にカスタードと生クリームをたっぷりサンド。

住・桜井市外山1040-1　℡・0744-45-3772
営・9：00～19：00　休・火曜　P・あり
HP・maman1986.com





10分

GOAL 近鉄大和朝倉駅



旅を終えて

外鎌山は低山ながら勾配がきつく、登り甲斐がありました。山頂からの眺めが良く、山を降りると広がる“奥の谷”の緑の美しさに癒やされました。何気なく通り過ぎる地域にも史跡が残る、奈良は奥深いなと思いました。







