

# 令和7年度 山伏修行体験塾実施要綱

## 一. 目的

出羽三山とは、羽黒山・月山・湯殿山の総称であり、三山をお参りすることによって人は生まれ変わると言わされてきました。

山伏の修行も死と再生＝生まれ変わりの行であり、十界の行＝断食・水絶ち・抖そう・南蛮いぶしなど厳しいものです。

山伏修行体験は、白装束を身にまとい、俗世界から離れて修行の一端を体験し、出羽三山の自然、そして修験道を学びます。

いわば、自然と一体となって自然のエネルギーを体内に吸収すること、自然と人間との共生を体感すること、そして、日本古来からの山伏の精神文化を実際に体験することで自分自身を見つめ直す事です。

…………あなたも何かをつかんでみませんか。…………

## 二. 参加資格

1. おおむね 13 歳以上の男女。ただし 20 歳以下の場合は保護者の同意が必要。  
12 歳以下の場合は保護者（又は、保護者が認める責任者）の同行が必要。
2. 体験中に発生した事故については自己責任とし、主催者に対しては一切迷惑をかけないこと。
3. 修行体験中は、財布・時計・カメラ・携帯電話等は持たず、風呂・髭そり・歯磨き・化粧なしの装束姿で過ごし、塾長の指示に従うこと。

## 三. 体験実施期間

### 1. 日帰りコース

①団体（17名以上のグループ。以下同じ）の予約に限って相談に応じます。

### 2. 一泊二日コース

①団体予約のみで、「5月下旬より7月上旬まで」及び「8月下旬より10月上旬まで」の期間に限って相談に応じます。

### 3. 二泊三日コース

①個人及び17人以下のグループは、**「9月26日(金)～28日(日)」**の体験塾主催に参加して頂きます。

②団体予約の場合は、「7月上旬より7月中旬まで」及び「8月下旬より9月下旬まで」の期間に限って相談に応じます。

#### 四. 参加経費

1. 日帰りコース：内容を相談の上試算します。（往復の交通費は個人負担）
2. 一泊二日コース：内容を相談の上試算します。（往復の交通費は個人負担）
3. 二泊三日コース：1人 45,000円 （往復の交通費は個人負担）

#### 五. 申し込み方法

##### 1. 個人及び17名以下のグループの場合

- ①別紙申込書（コピー可）を送付ください。（FAX・メールでも可）  
令和7年度は当日受付時に体験料（現金のみ）をお支払いいただきます。
- ②体験予定日の初日より14日前で参加申込者が17名以下の場合は、中止の連絡をすることがあります。
- ③申込み締め切りは9月1日（月）になります。また定員になり次第、申込みを締め切らせていただきますのでご了承ください。
- ④参加者が途中で脱落しても返金には応じません。
- ⑤団体参加者と一緒になることもあります。

##### 2. 団体の場合

- ①事前に、目的・人数・日程等を調整のうえ体験初日の20日前にはコース及び日程等を決定します。
- ②参加者の住所、氏名、年齢、性別、靴のサイズは体験初日の7日前までお知らせください。

#### 六. お支払い

1. 体験料は当日現金にてお支払い願います。（現金のみ・電子決済不可）

#### 七. その他

1. 体験用装束（白衣・袴・脚絆・帯・地下足袋）は、貸与します。
2. 体験用装束（金剛杖・宝冠・ふんどし等）及び体験中の宿・食事は、経費に含まれています。
3. 必需品として、雨具（ポンチョは不可。上下別々の物）、トレーナー、トランパン、小さなナップザック、白Tシャツ数枚、女性の方は水着。靴のサイズが28cm以上の方は履き慣れた白いスニーカーを持参ください。
4. 宣伝PRの一環として、新聞社・雑誌社・テレビ局などのマスコミ関係の取材が入る場合がありますので、応じたくない方については映らないように配慮いたしますので事前にお申し出ください。
5. 新型コロナウイルスの感染予防には細心の注意を払って事業を行いますが、コロナウイルス等の影響により、急遽催行を中止にせざるを得ない場合が考えられます。予めご了承ください。また中止の際の交通費や宿泊費は、お支払いできかねます。

## **八. 体験日程**

★別添日程のとおり。

## **九. 問い合わせ・お申し込み**

〒997-0211

山形県鶴岡市羽黒町手向字院主南72

いでは文化記念館内

TEL. 0235-62-4727

FAX. 0235-62-4729

E-mail : [hagurokanko@bz04.plala.or.jp](mailto:hagurokanko@bz04.plala.or.jp)

## **十. 交通**

1. JR 羽越線「鶴岡駅」下車。

①バス（庄交モール発—羽黒山頂（月山八合目）行）：いでは文化記念館前下車（約45分）

②バス（庄交モール発—随神門行）乗：随神門下車（約45分）—徒歩3分。

2. 飛行機 庄内空港着

リムジンバスで「鶴岡第一ホテル（庄交モール隣）」下車（約30分）

（以後1と同じ）

3. 高速バス

①渋谷・池袋・大宮～鶴岡・酒田行きで鶴岡下車。

②仙台～鶴岡・酒田行きで鶴岡下車。

（以後1と同じ）

## **十一. 申し込み**

1. 個人・グループ

別紙申込書（コピー可）

2. 団体

事前調整の上、別紙申込書に団体代表者として記載し、参加者名簿（氏名・性別・靴サイズ）を添付ください。

## **十二. 取材に対する同意書**

1. 取材を目的とする修行体験については、塾事務局と協議の上、同意書の内容を承諾できることを前提とする。承諾できる場合は同意書に署名・捺印の上事前に提出する。

## 体験日程コース（予定）

下記を基本としますが、入退館時間や山の天候・日の出時間・参加者の体調などによっては大幅に変更する場合があります。（この日程はあくまでサンプルです。）

### 1. 日帰りコース

1日	
9:00	いでは文化記念館集合 着替え※自行衣 峰入り式 講話
10:00	羽黒山抖そう行
13:00	出羽三山神社 御祈祷
15:00	床固（座禅）
15:30	出世式（火渡り）
16:00	修了式 着替え



出生式（火渡り）

### 2. 1泊2日コース

相談の上決定

### 3. 2泊3日コース

1日目	2日目	3日目
13:30 いでは文化記念館集合 着替え※白装束 峰入り式	4:30 起床 5:00 床固め 6:00 壇張り	4:30 起床 5:00 床固め 6:00 いでは文化記念館出発
14:30 講話	6:30 いでは文化記念館出発	7:00 湯殿山御沢駆け 滝打ち
15:00 羽黒山抖そう行 出羽三山神社 御祈祷	7:30 月山 抖そう行 月山本宮 御祈祷	湯殿山本宮 御祈祷
17:30 いでは文化記念館到着	16:00 いでは文化記念館到着	11:00 いでは文化記念館到着
18:00 床固め（座禅）	18:00 壇張り	出世式（火渡り）
18:30 壇張り	19:00 夜間抖そう行	11:30 修了式
19:30 夜間抖そう行	20:00 南蛮いぶし	12:00 着替え
20:00 勤行	21:00 宿入り	12:30 精進落とし 出羽三山精進料理
21:00 宿入り		

# 山伏修行体験申込書

申し込み体験期間

① 令和7年 9月26日(金)～28日(日)

申込者

住所

〒

氏名 (フリガナ)	生年月日	年齢	性別
( )			男 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/>

TEL	FAX	足サイズ
		cm

メール

## 決意・現在の体調等・度位数(参加回数)

※新型コロナウイルス等の影響により修行体験が急遽催行中止・変更になる場合が考えられます。予めご了承ください。

中止の際にも現地までの往復交通費や宿泊費等は自己負担となります。

※令和7年度の体験料45,000円は当日受付にてお支払い願います。  
(現金のみ・電子決済不可)

## 誓 約 書

私は、体験中に発生した事故については自己責任とし、主催者に対しては一切迷惑をかけないことを誓います。

令和 年 月 日

本人氏名

(20歳未満の場合保護者氏名)

印

印