

# 伝える極意

一番重要なのは「おもてなし」の心。想いを伝えるためには相手への好感度を上げていくことが大切です。

好感度は「視覚的要素」55% 「聴覚的要素」38% 「知識」7% という法則(\*)があるといわれています。 \*メイラビアンの法則

## ① 第一印象「見た目」が大切

会った時の3~5秒で第一印象がきまるといわれています。聞き手に親しみやすさをもってもらえるよう2つの事を心がけましょう。

「笑顔」…目元の優しさが大事。口角を上げる運動も日ごろから練習しておくで自然の笑顔がこぼれます。

「正しい姿勢と服装・髪型」…猫背はだめです。元気よく、胸をはりましょう。服装・髪型はTPO\*が大切。その場の雰囲気に配慮していきましょう。

\*Time(時間)、Place(場所)、Occasion(場面)の頭文字を取った略語



## ② 相手にとって気持ち良い「音」

高齢の方には落ち着いた声でゆっくり、子どもには高い声で快活に話すなど相手に合わせてトーンやテンポを変えられるようにしていきましょう。

「トーン」…最初の一声のトーンで印象が変わります。通常の話し方の声よりも、低い声、高い声が出せるようになるように日ごろから練習しましょう。

「テンポ」…相手の話し方のテンポに合わせて信頼性が高まります。



## ③ 相手が興味を示す知識や内容

一方的な話しでは相手は話を聞いてはくれません。話すことに一生懸命にならず、わかりやすい言葉や単語を使って伝えましょう。

「観察」…相手は何を知りたいのか、何に興味があるのかを対峙しながら観察し、知りたい情報を提供します。また否定的、自虐的な言葉を使わず、ポジティブな言葉遣いを心がけましょう。



おもしろいですね!

こんな良いことがあつたんですね!

興味かぁありほんですわ!

お問合せ

須走まちづくり推進協議会 事務局 小山町役場須走支所

小山町須走267-6小山町役場須走支所内

TEL 0550-75-2211 Fax 0550-75-4107 URL <http://subashiri-fujisan.com>

# 素晴らしい須走を知りたい! すばらしり隊★ドリル

須走 富士山巡拜の道

中級編

ドリルで練習して  
須走のことを語れる人になるのじゃよ

縄文時代から人が行き来し、  
幾度となく噴火する  
富士山とともに歩んできた須走。  
この須走を学べるドリルです!



すばらしり隊の守護神  
須走口太郎坊の天狗様

主催 須走まちづくり推進協議会



令和2年度 文化庁文化芸術振興費補助金(文化遺産総合活用推進事業)

# 富士山・須走口登山道(五合目)

古来より「神が宿る場所」と信じられていた富士山。富士山を学ぶと須走がわかります。

須走からの富士山を見たい⇒  
須走富士浅間神社から見た富士山  
<https://youtu.be/U3y0U12dYuc>



## まぼろしの滝が突然出現するための条件は？

「雪がある」「雪を解かすほどの気温の上昇」「樋の役割となる沢がある」の3つの条件が必要です。

富士山には川がありません。多孔質の溶岩でおおわれている富士山は降った雨や雪は全て地中に染み込んで地下水になります。まぼろしの滝は4月下旬から6月上旬頃、突然、湧き出る限られた時期だけに見える現象です。須走口五合目の第三駐車場から、カラマツの林を通り、カリヤスモドキの草原を

抜けると、溶岩の砂地と地被類の斜面が広がります。そのなかを歩いて20分程で「まぼろしの滝」に着きます。晴れていれば、気温が上昇する午後に行く方が、水量があるといわれていますが、湧き出るとのかどうかは富士山次第です。



岩脈がYの字になっている所がまぼろしの滝の最上部。33回、富士登山した者だけが行けるお中道場所でもある



## 小富士に樹木が生えていないのはなぜ？

尾根があり、気象条件が厳しいからです。

小富士の成り立ちには諸説ありますが、噴火活動で形成された側火山という説、今の姿になるために4段階の時代で分かれている(初級ドリル2頁参照)富士山の古い層が出ている説などがあります。小富士には尾根があり、尾根筋には風があたります。大きな岩などもない場所であることから富士山の強

小富士の地被類



風に絶えずさらされ、さらに夏は直射日光により地表面が50度近くとなり、冬は-20度以下になるなど厳しい条件により、苔などの地被植物が定着しにくい環境です。先駆植物である地被類が根付かないのでそれ以上の植物も育たないのです。ただし、数百年の時を経て、少しずつ植物は育っていきます。



森が広がるなかぽっかり木々がなくなる



石が積み上げられている所に富士講の祠がある



## まぼろしの滝までのコースにある砂礫をなんというか？

スコリアといいます。

スコリアは玄武岩質のマグマが噴火の時にできる多孔質の黒い砂礫です。1707年の宝永噴火では、富士山南東に1つ目の火口から白い軽石、2つ目、3つ目の火口から大量のスコリアが噴出され、約2週間続いたといわれています。この噴火で富士山の南側から東側の森は焼失し、南東斜面にはスコリア

が堆積してしまいました。まぼろしの滝周辺もこのスコリアでおおわれています。噴火から約300年がたちましたが、強風が吹く場所でもあるため、フジアザミなどの地被植物がやっと成長し始めています。この後、森までに成長するには数百年の時が必要です。



スコリアに覆われた富士山南東斜面



水が流れる場所がだんだん谷になる



## 富士山の山頂の世界遺産構成資産の名前は?

「山頂の信仰遺跡群」です。

富士山の世界遺産登録のキーワード「信仰の対象」を証明する25の構成資産のうち登拝について分かる重要な要素であり、富士山信仰の最重要拠点です。富士山火口部には神社の社殿、富士山信仰に関連する場所や施設が点在しています。信仰登山の登山者は山頂まで登ると「御来迎(ご来光)(※1)」を拝み、火口部の内院に鎮座する浅間大神、大日如来に賽銭(※2)を捧げて拝み、「お鉢めぐり」を行いました。

富士山信仰には「遥拝」「登拝」「巡拝」「近代登山」の4つの時代に分けられます。

※1: 太陽などの光が背後から差し込みと霧粒等が見ている人の影の周りに光の輪を生み出すことをブロッケン現象といいます。山頂の朝日によく現れる現象。昔の人は阿弥陀如来が極楽浄土に導いてくれるためにお姿を現されたあ!と思ったようです

※2 富士宮の浅間大社と須走地区がこの賽銭を集める権利を持っていました。賽銭の取り分について、よく揉めていたようです。

### 「遥拝」の時代

縄文時代から始まります、富士山の方角に集落をつくり、祭祀を設けるなど富士山を神格化していたようです。噴火活動がおさまらない800年代は特に祈りを捧げていました。

### 「登拝」の時代

平安時代の終わり、噴火がおさまる頃、山岳修行の修験者が山で修行をはじめます。それが室町時代に一般の人々に広がり始めます。

### 「巡拝」の時代

戦国時代頃からです。山頂まで行くルートを紹介した曼荼羅図なども作られ(6頁参照)、それが江戸時代になると大流行しました。富士山麓霊地や大山(伊勢原市)を巡礼していました。

### 「近代登山」の時代

交通が発達し、山登りとして登る人がでてくるなど多様化が始まる明治以降です。鉄道の開通や交通の発達により、巡礼の方法は大きく変化しました。

富士講は衰退してしまいましたが、現代でも、ご来光を拝むなど、日本人の宗教観を象徴する山として登られています。



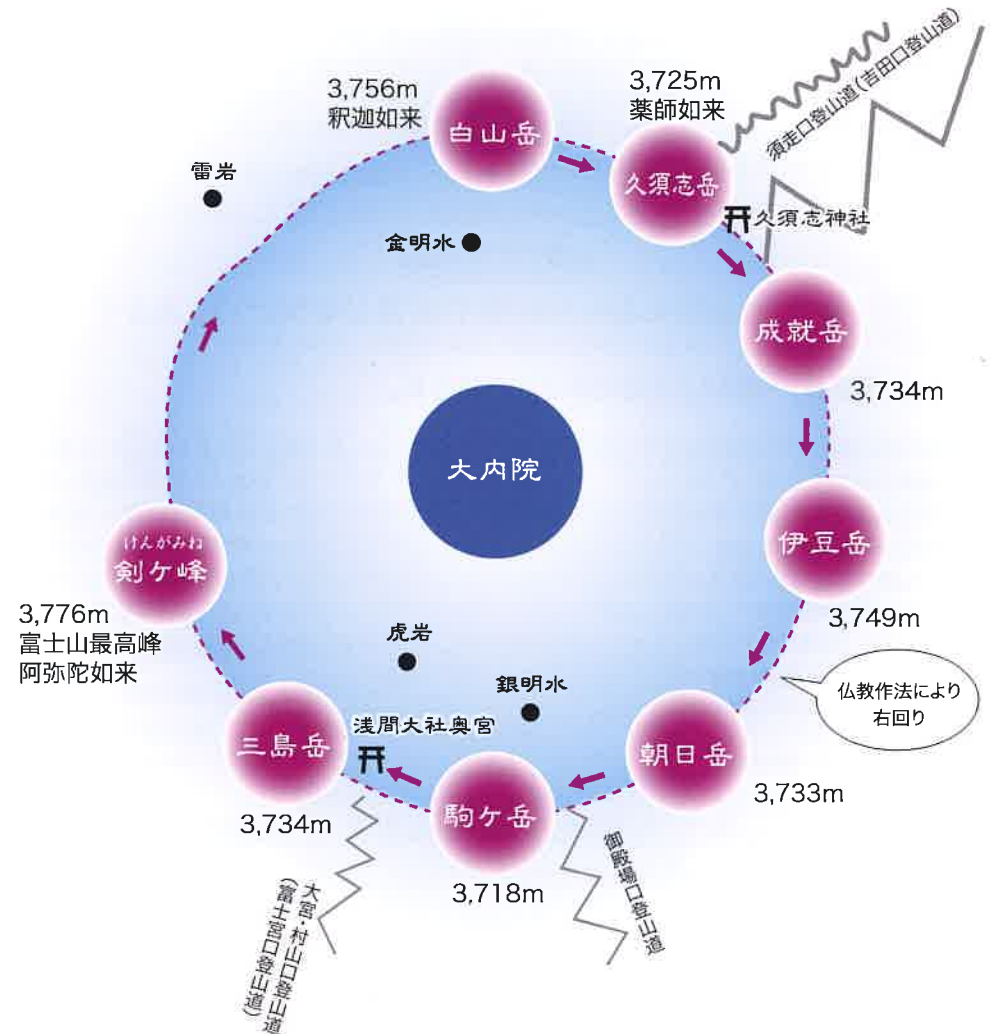
## 「お鉢めぐり」で巡る峰を総称してなんと呼ぶ?

はっしんぼう はちよう く そん  
「八神峰」あるいは「八葉九尊」です。

仏教の世界を伝える曼陀羅には中央に大日如来、その周りに8人の如来と菩薩が描かれています。富士山頂にはその世界を模して、中心の大内院は大日如来、その周りの8つある峰(実際は8つ以上あり

ます)を如来や菩薩に見立てています。ここを仏教の作法「右回り」で巡拝し、「金明水」「銀明水」にて湧水を汲み、お参りします。

## 富士山頂 八神峰





## このはな さく やひめのみこと 富士山に神様(木花咲耶姫命)と 仏様(如来)があることを何というか?

神仏習合といいます。

6世紀に仏教が伝来し、日本にもともとあった神様と仏様が融合しました。8世紀頃には一つの信仰体系として再構築されたといわれています。約1000年以上この考え方で神と仏が共存してきました。旧六合目から発見された至徳元年(1384年)の銘が入った懸仏は、鏡などのご神体に仏様を表

したもので、神様と仏様を等しく並んで拜んできた日本人の宗教観を表しているものです。明治政府が神仏分離、廃仏毀釈の考えを打ち出し、神と仏を分けたことから、多くの寺社、仏像、古文書などの文化財が失われてしまいました。



## 富士山山頂にあったお堂や仏像はどうなりましたか?

破壊、破棄され、一部はふもとにおろされました。

明治の廃仏毀釈では、山頂のお堂や仏像は壊されたり、破棄されたり、ふもとの寺に移されたりしています。須走地区の「須走富士浅間神社交差点」近く西壽院跡地のお墓にはお顔が無くなった仏像などをみかけます。また、浅間神社近くには千鉢堂があり千鉢近くの阿弥陀如来像があり、登山者もお参りしていたようですが、廃仏毀釈の「仏像をなくせ」の機運のなか、香積寺(のちに廃寺)に移されたあと放置され、今は御殿場の大雲院にて安置されています。

仏像とは仏教の教えを説く象徴です。仏教の世界観では、煩惱や迷いがある人間界とは違って、穢れのない仏様が住む世界を浄土といい、馬返よりも上、特に富士山頂はその世界であるといわれていました。仏像は「如来」「菩薩」「明王」「天」に分けられ役割が違います。生まれた干支や月により守護してくれる仏様がいるなど、暮らしのなかに仏教が根付いていました。



## 富士山本宮浅間大社所蔵の富士曼荼羅図に 描かれている如来のお名前は?

右から「大日如来、阿弥陀如来、薬師如来」です。

富士曼荼羅図は、16世紀初めごろ富士山の信仰を表しており、大宮・村山口から237人の参拝の様子が描かれた国の重要文化財の資料です。

富士山の世界文化遺産登録にあたり、「どこまで

が富士山か」議論があり、山頂から遠い三保は外すべきとの主張がありましたが、日本人の宗教観を表すこの曼荼羅図が決め手となり、構成資産として認められました。

### 如来

悟りを開いた、真理に達したもの

大日如来、阿弥陀如来、薬師如来など、螺髪で衣1枚の質素な姿

### 菩薩

悟りを開くために修行しつつ人を救済する

弥勒菩薩、観音菩薩など髪を結い上げ、装飾品を身につけている

### 明王

仏の教えに従わないものを懲らしめつつ救済する

不動明王、金剛夜叉明王など髪が逆立て怖い顔、筋肉質で異形の姿もある

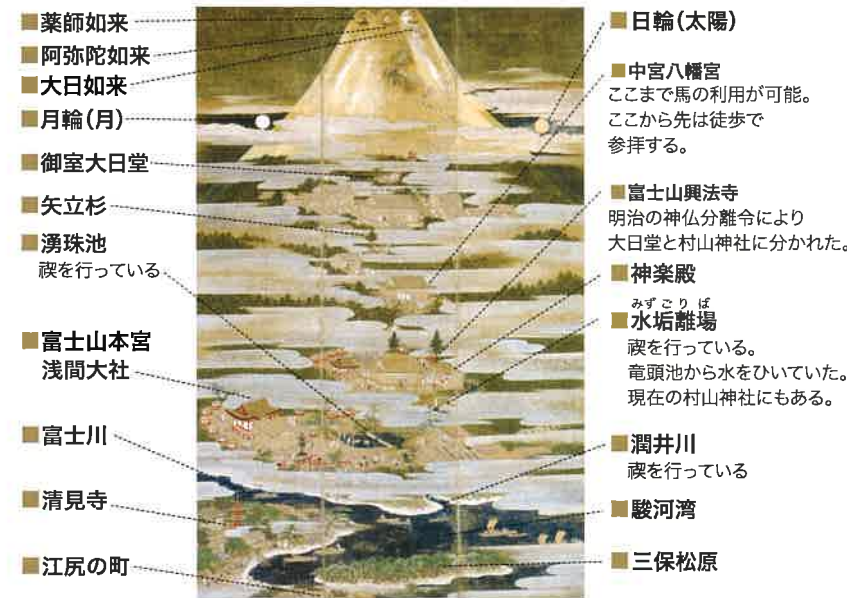
### 天

仏の教え、仏を信じる人を守り、利益を与える

帝釈天、吉祥天、金剛力士など、性別があり様々な姿をしている

## けんぼんちやくしやくふじまんだらぞ 絹本着色富士曼荼羅図

富士山信仰を表しており、大宮・村山口からの237人の参拝の様子を描いている。



富士山本宮浅間大社 蔵



## 1707年の宝永の大噴火で町にどのくらいの火山灰が積もったのか？

約3mです。

災害に見舞われた須走地区はその復興の際、大きな改変、移転などもせず、積もった火山灰の上に今までと同じような機能、コミュニティの集落を復興させたようです。そのなかで神社だけは火山灰を取り除いて復興させました。宝永噴火前は町から神社は2.5mぐらい高い所で見上げるように見えており、その神社の真後ろに富士山が仰ぎ見えていたと思われます。

2019年、道路整備に伴い、考古学調査を行いました。その結果、宝永噴火の状況が想定できるようになりました。宝永噴火は最初、白く熱を持った火山灰が降り、次に黒い火山灰が降ってきています。家々は火災ではなく、大量の黒い火山灰により密封され、熱により炭化されました。黒い火山灰にはバクテリアが少なく、須走地区の地中には建物の基礎や炭化した柱や穀物、つまり、当時の街並みや営みの跡が残っていることがわかりました。



## 須走の町には火事の延焼を押さえる工夫がありました。その場所の名前は？

火切地といいます。

相模ほか関東方面、沼津、甲州などとの交通結節点であり、多くの物資が行き来する宿場町の須走は、現在の須走本町交差点付近が町の東の入口で、十分一役所、荷問屋があり、通行者から荷物税をとっていました。通りは今の道路とほぼ同じ五間(9m)の幅員があり、宿場町として家々が連なっていました。このため、度々大火のあった須走。火切地を設けて火事が起こっても延焼を押さえる工夫がなされました。

現在もその跡が残る4箇所の火切地は、上宿、中宿、下宿の境界でもあり、ここにヘダの木(イチイ)が植えられ、古地図には「林」の表示がありました。ヘダの木は火事に強いといわれ、また、標高の高い須走では神事に使う榊が育ちにくいことから、この木を玉串などに使っていました。イチイの木は須走小・中学校の校章デザイン、校歌にも使われ、小学校の学校だよりの題名にもなっています。



校章。いちいの枝と雪の結晶を表すデザイン

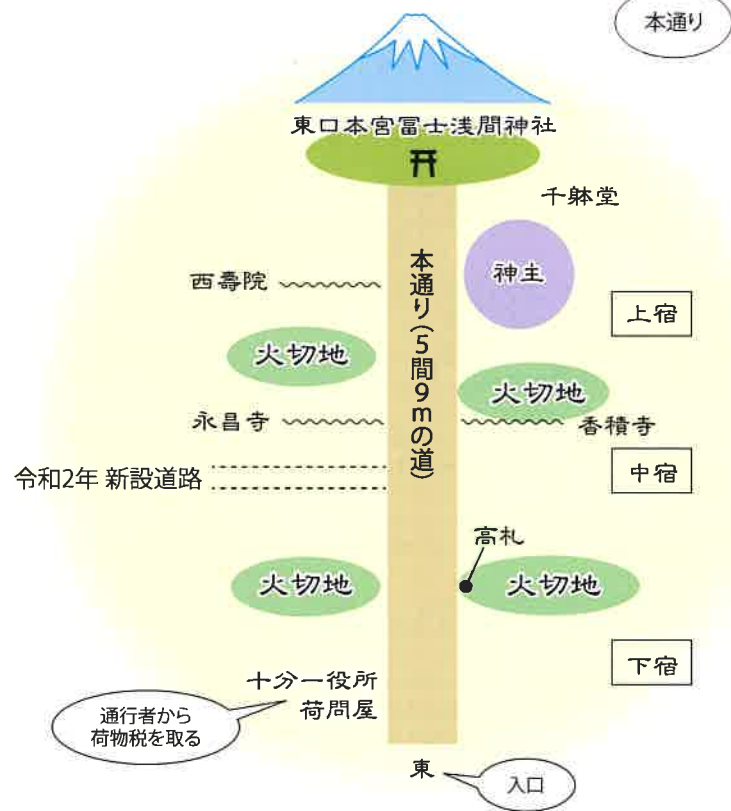


## 明治の廃仏毀釈前に須走地区にあった3つのお寺の名前は何か？

西壽院、永昌寺、香積寺です。

西から通りの南側に「西壽院」「永昌寺」通り北側に「香積寺」がありました。3つのお寺は全て禅宗でした。今の地区では本通りからお寺があった所までが路地として残されています。また浅間神社近くには

千鉢堂があり、千鉢の阿弥陀如来像(西のはて、極楽浄土の主で臨終の時、経文を唱えらるとお迎えに来てくれる)が安置されていました。



# おぼろし隊★ドリル 中級編

## 富士山について

- Q1 まぼろしの滝が突然出現するために必要な条件は( ) ( ) と( ) ことです。
- Q2 まぼろしの滝までのコースで( ) の林や( ) の草原を抜けたあとに広がる砂礫を( ) といいます。
- Q3 砂礫の荒原に最初に芽をだす先駆植物で、富士山やその周辺に分布する日本固有種のおさみは( ) といいます。

## 富士山・富士山信仰について

- Q4 富士山信仰の象徴である山頂には( ) あるいは( )、と呼ばれる峰があります。そのなかで富士山最高峰3,776mは( ) です。
- Q5 富士山山頂の火口部の内院には( ) 大神と( ) 如来が鎮座しています。
- Q6 富士宮、浅間大社の富士曼荼羅図で富士山頂に描かれている3人の如来様の名前は( ) ( ) ( ) です。
- Q7 仏の世界では悟りを開いた如来、悟りを修行しつつ人々を救済する( )、仏の教えに従わないものを懲らしめて救済する( )、仏を信じる人を守り、利益を与える天があります。



これができたら  
須走御師に  
合格じゃ〜!

## 須走地区について

- Q8 明治の( ) では、富士山頂のお堂や仏像が破壊、破棄、あるいはふもとの寺に移されたりしました。須走では地区にあった禅宗の( ) ( ) ( ) の3つのお寺が廃寺となりました。
- Q9 本通りから精進川の修験者が禊を行う( ) 場までには( ) 道があり、( ) 滝と呼ばれるわずか4筋の小さな滝がありました。東富士五湖道路工事で滝は消滅しましたが、ここにあった滝不動石像は今も地域で守られています。
- Q10 須走地区の東の入口には( ) 役所があり、通行者から荷物税をとっていました。
- Q11 須走には火災の延焼を押さえるために( ) があり、そこには( ) の木が植えられていました。
- Q12 1707年の( ) 噴火で須走には約( ) mの灰が積りました。今の須走地区はその上に作られ、地中には昔の町が眠っています。

## 伝える極意について

- Q13 想いを伝えるためには( ) で好感度を上げていくことが大切です。そして相手にとって気持ちの良い音、声の( )、話し方の( )を相手に合わせるなどの心配りが必要です。
- Q14 新しい情報をインプットした場合は( ) 週間以内に( ) 回程度、言葉や文章などでアウトプットしないと忘れてしまうことがあります。
- Q15 一方的に話すのではなく、相手の知りたい事、興味のある事を探るために相手を( ) しましょう。否定的、自虐的な言葉を使わず( ) な言葉を使いましょう。

## かぐや姫伝説と富士山

神様と仏様は同じと考えられていた中世の頃、富士山の神様は女性の神「浅間大菩薩」でした。「富士山縁起」によると、神は富士山の南麓、富士市、富士宮市辺りで生まれた「かぐや姫」で富士山に帰り、神様となったと伝えられています。神様になったかぐや姫が「私に会いたければ富士山の山頂に登っておいで」と伝え、それで、人々は畏れていた富士山に登るようになったと・いわれられています。中世の浅間神社の御祭神はかぐや姫、浅間大菩薩、浅間神で仏様の姿は大日如来。神仏習合の中、色々な姿で語られています。それが江戸時代になると、かぐや姫ではなく古事記や日本書紀で登場する木花咲耶姫にしたいと学者が言い始め、それが定着し、今の姿になっています。

## 仏様と暮らし

かつて、日本では子どもが七つの節句を迎えるまでは、いつ神様や仏様が迎えに来てもいたしかたないと思うほど、子どもが育つことが大変でした。大人になっても病気やケガ、出産などで命を失うことも多くあり、人々は暮らしのなかに神様や仏様を拜み、そのご利益にあやかり、災いを遠ざけて暮らしていました。江戸時代頃は生まれ年の千支や生まれ月の守護仏を大切にしていました。

## 生まれ千支・月の仏様

千支・月	仏様	
子 12月	せんじゆかんのん ぼさつ 千手観音菩薩	観音菩薩は願いや悩みを生きているうちにかなえてくれる菩薩。千手千眼は救済の力を無限に持つことを意味しています
丑・寅 1.2月	こくうそうぼさつ 虚空蔵菩薩	知恵や財を蓄えられる無尽蔵な蔵を持っている仏様。その蔵の知恵と福德を提供してくれます
卯 3月	もんじゆぼさつ 文殊菩薩	梵語で知恵は切れるという意味があり、知恵の象徴として経巻と剣を持ち獅子に乗っています。「三人寄れば文殊の知恵」はこの仏様の事
辰・巳 4.5月	ふげんぼさつ 普賢菩薩	文殊とは兄弟と一緒に釈迦如来の脇侍(きょうじ)を務めています。慈悲(罪の告白の勇気と許し)と理知で救済。延命を司ります
午 6月	せいしぼさつ 勢至菩薩	観音菩薩とともに極楽浄土の仏、阿弥陀如来の脇侍を務めています。知恵の光で生きているもの全てを救済します
未・申 7.8月	だいにちによらい 大日如来	仏のなかの最高仏で太陽以上の光で世の中を照らし、宇宙の真理や根本、さらに癒しと繁栄を司ります
酉年 9月	ふどうみょうおう 不動明王	大日如来が悪と戦うための姿ともいわれ、憤怒の表情でも慈悲深い。一切の悪を焼きつくし、仏の道に従わないものを導きます
戌・亥 10.11月	あみだによらい 阿弥陀如来	西はて極楽浄土の主であり難行苦行を行わずとも臨終時に「南無阿弥陀仏」と唱えれば極楽浄土に導いてくれます

答え: Q1/雪がある・雪が解けるほど気温上昇・糖の役割となる炭がある Q2/カラマツ・カリン・カキ・キヌ・スリクマ Q3/アサギミ Q4/八神尊・八葉丸尊・剣ヶ峰(けんがみね) Q5/浅間・大日 Q6/Q7/大日如来・阿弥陀如来 Q7/菩薩・明王 Q8/慶仏院・西書院・永昌寺・香積寺 Q9/水垢離(みずごり) ( )・たき・不動 Q10/十分一 Q11/火切地・ヘタ(チチ) Q12/宝永・3 Q13/笑顔・トーン・ソソボ Q14/2・3 Q15/観察・ボジクマ