

# 平安絵巻の斎宮へ

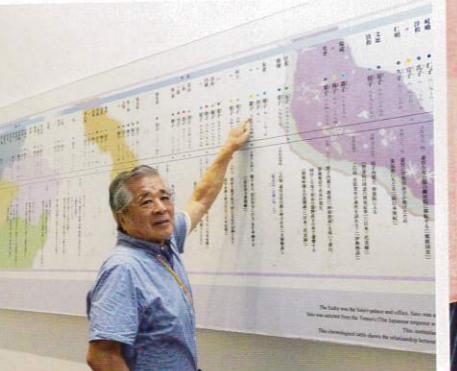
元NHKキャスター 松平定知



直衣を試着した松平定知さんと十二単を試着した山中深月さん（「第40回 斎王まつり」の斎王役）



「さいくう平安の杜」の正殿に記念撮影  
※左端は池田夏音さん（明和町役場 観光係）、右端は伊澤編集長



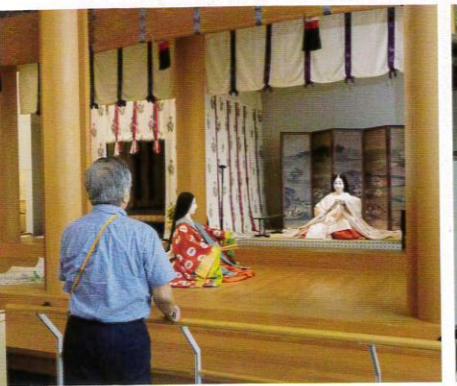
『源氏物語』の六条御息所のモデルの名前を発見



斎王の食事を復元した豪華な弁当「斎王宝箱」



平安時代の遊び「貝覆い」で童心に帰る



「斎宮歴史博物館」で平安時代のようすを学習



「斎王宝箱」を食べながら山中さんと歓談

## 三重県多気郡明和町のおもな観光施設

### 【斎宮歴史博物館】

明和町大字竹川1503  
TEL: 0596-52-3800

### 【いつきのみや歴史体験館】

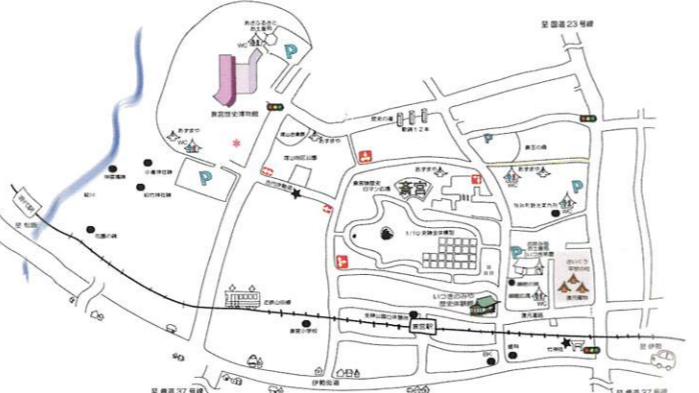
明和町大字斎宮3046-25  
TEL: 0596-52-3890

### 【明和町観光案内所】

明和町大字斎宮2811  
TEL: 0596-52-0055  
(弁当「斎王の宝箱」の予約注文  
はこちらへ)

### 【さいくう平安の杜】

明和町大字斎宮2800  
TEL: 0596-52-3890  
(11月~2月は開館時間9:30~16:00  
[最終入館15:30]と短縮になります)



※いずれも開館時間は9:30~17:00(入館は16:30まで)  
※いずれも定休日は月曜日(祝日の場合は翌日)と年末年始

かざすと仮想現実(VR)で当時の儀式を体感できるサビスもあり、至れり尽くせりといえよう。

続いて、近隣に建つ「いつきのみや歴史体験館」を訪問した。この施設は、平安時代に流行った遊びや、貴族たちの文化を無料で体験できるというのだから興味が尽きない。平安貴族の住まい「寝殿造」を模した外観や、広場にある10分の1サイズで再現された斎宮の模型を目にしただけで期待に胸がふくらんだ。

館内に入ると、伊澤編集長が「せっかくですから平安装束の直衣を着てみましょう」とサプライズ的な提案をしてきた。予約制で、値段は7000円(税込)である。

2023年の「第40回 斎王まつり」の斎王役を務めた山中深月さんが、お相手役として一緒に、女房装束の「十二単」を試着体験してくださるという。周囲にのせられるまま着つけを終えると、現代の衣服と違つて動きにくいうことが実感できた。一枚ずつ上着を重ねていく山中さんに感想をうかがうと「重いです」とのこと、平安貴族の女性の大変さまでを目の当たりにすることができて、いい勉強になった。

平安装束を脱いだあとは、斎王が都から斎宮まで乗ってきた輿（葱華輿）の乗り心地を体験し、山中さんと平安時代に流行ったと「盤双六」や「貝覆い」などの遊びに興じた。そのほか平安貴族の女性の「小袴」を無料試着ができるコーナーなどもあり、当時のように肌で感じられる至福のひとときを過ごせた。

斎宮の魅力をたっぷり学んだあとは、「お伊勢まいり」へ向かった。外宮、内宮の順に参拝するのが昔からの習わしということなので、それに従うことにする。夕方近くということもあり、ふだんは混んでいる参道や拜殿も立ち寄ることをオススメしたい。

人がまばらで、外宮も内宮もゆっくりと参拝できた。直前に斎王や斎宮のことを学んだおかげで、以前に参拝に訪れたときよりも見え方が変わったのは新鮮だった。お伊勢まいりに行くのならば、少し足をのばして斎宮に立ち寄ることをオススメしたい。



スタッフが試着をサポート。完全予約制なので、前日までにご予約を!

斎宮の建造物を実物大で再現する史跡公園「さいくう平安の杜」である。重要な儀式がおこなわれたという正殿をメインに、西脇殿と東脇殿の計3棟が復元されていて、足を踏み入れたとたん平安時代にタイムスリップしたような気分になつた。備えつけのタブレット端末を食後の腹ごなしとして次に訪れたのが、かつて栄えた斎宮の建物を実物大で再現する史跡公園「さいくう平安の杜」である。重要な儀式がおこなわれたという正殿をメインに、西脇殿と東脇殿の計3棟が復元されていて、足を踏み入れたとたん平安時代にタイムスリップしたような気分になつた。備えつけのタブレット端末を

かざすと仮想現実(VR)で当時の儀式を体感できるサビスもあり、至れり尽くせりといえよう。

続いて、近隣に建つ「いつきのみや歴史体験館」を訪問した。この施設は、平安時代に流行した遊びや、貴族たちの文化を無料で体験できるというのだから興味が尽きない。平安貴族の住まい「寝殿造」を模した外観や、広場にある10分の1サイズで再現された斎宮の模型を目にしただけで期待に胸がふくらんだ。

館内に入ると、伊澤編集長が「せっかくですから平安装束の直衣を着てみましょう」とサプライズ的な提案をしてきた。予約制で、値段は7000円(税込)である。

2023年の「第40回 斎王まつり」の斎王役を務めた山中深月さんが、お相手役として一緒に、女房装束の「十二単」を試着体験してくださるという。周囲にのせられるまま着つけを終えると、現代の衣服と違つて動きにくいうことが実感できた。一枚ずつ上着を重ねていく山中さんに感想をうかがうと「重いです」とのこと、平安貴族の女性の大変さまでを目の当たりにすることができて、いい勉強になった。

平安装束を脱いだあとは、斎王が都から斎宮まで乗ってきた輿（葱華輿）の乗り心地を体験し、山中さんと平安時代に流行ったと「盤双六」や「貝覆い」などの遊びに興じた。そのほか平安貴族の女性の「小袴」を無料試着ができるコーナーなどもあり、当時のように肌で感じられる至福のひとときを過ごせた。

斎宮の建物を実物大で再現する史跡公園「さいくう平安の杜」である。重要な儀式がおこなわれたという正殿をメインに、西脇殿と東脇殿の計3棟が復元されていて、足を踏み入れたとたん平安時代にタイムスリップしたような気分になつた。備えつけのタブレット端末を

かざすと仮想現実(VR)で当時の儀式を体感できるサビスもあり、至れり尽くせりといえよう。

続いて、近隣に建つ「いつきのみや歴史体験館」を訪問した。この施設は、平安時代に流行した遊びや、貴族たちの文化を無料で体験できるというのだから興味が尽きない。平安貴族の住まい「寝殿造」を模した外観や、広場にある10分の1サイズで再現された斎宮の模型を目にしただけで期待に胸がふくらんだ。

館内に入ると、伊澤編集長が「せっかくですから平安装束の直衣を着てみましょう」とサプライズ的な提案をしてきた。予約制で、値段は7000円(税込)である。

2023年の「第40回 斎王まつり」の斎王役を務めた山中深月さんが、お相手役として一緒に、女房装束の「十二単」を試着体験してくださるという。周囲にのせられるまま着つけを終えると、現代の衣服と違つて動きにくいうことが実感できた。一枚ずつ上着を重ねていく山中さんに感想をうかがうと「重いです」とのこと、平安貴族の女性の大変さまでを目の当たりにすることができて、いい勉強になった。

平安装束を脱いだあとは、斎王が都から斎宮まで乗ってきた輿（葱華輿）の乗り心地を体験し、山中さんと平安時代に流行ったと「盤双六」や「貝覆い」などの遊びに興じた。そのほか平安貴族の女性の「小袴」を無料試着ができるコーナーなどもあり、当時のように肌で感じられる至福のひとときを過ごせた。

そのため明和町は、日本遺産「祈る皇女斎王のみやこ斎宮」をうたい、「源氏物語」や「伊勢物語」にも登場する斎王や斎宮の史料などを交えて、平安時代の歴史や文化を体験できる趣向になっているのだ。

まずは、斎王や斎宮の知識や情報を得るために「斎宮歴史博物館」へ立ち寄った。船越重伸学芸員のご案内で、「斎王群行」の映像や展示史料などを拝見し、気分を平安時代に置き換えていく。「源氏物語」の六条御息所のモデルといわれる斎王「徽子」や、その娘・秋好中宮のモデルとされる斎王「規子」の名前を見つけては、紫式部の時代に思いを馳せ、ひとり悦に入った。

昼食は、斎宮歴史博物館の指導のもとに斎王の食事を復元したという「斎王宝箱」をいただいた。予約制で、値段は1900円(税込)である。牛車をモチーフにした3段の重箱には、地元産の新鮮な食材が詰まっていた。なかでも、ご飯は古代米の一種「黒米」を用いているそうで、鮮やかな薄紅の色彩とともに食感に目と舌が喜んだ。また、魚・鳥・野菜などのおかずは平安時代の調味料を用いた味つけになつており、当時の食卓に思ひをめぐらせながら舌鼓を打つた。

宮歴史博物館へ立ち寄った。船越重伸学芸員のご案内で、「斎王群行」の映像や展示史料などを拝見し、気分を平安時代に置き換えていく。「源氏物語」の六条御息所のモデルといわれる斎王「徽子」や、その娘・秋好中宮のモデルとされる斎王「規子」の名前を見つけては、紫式部の時代に思いを馳せ、ひとり悦に入った。

私は二つ返事で快諾し、三重県明和町へ向かった。

伊勢湾に臨み、伊勢市と松阪市のあいだに位置する明和町は、天皇の代わりに伊勢神宮に奉仕した皇族女性「斎王」の宮殿「斎宮」があった日本唯一の場所である。書物や映像などで聞きかじっていた平安時代の歴史や文化を、実際に体験できるというのだから興味深い。