



Megumi Meguru Tenri

For a beautiful harmony of mind and body.  
published in March, 2017,  
By Tenri City , Nara, Japan

めぐみ  
めぐる  
てんり



ここは日本創生の源流、  
美しく健やかな天理。

The sound and beautiful city, Tenri,  
Where the story of Japan has begun.

時は3世紀、神話が歴史に変わる頃。  
古代を生きた人々はこの地にヤマト王権をつくり、  
それが日本という国家に成長していきました。  
そして現代。利便性や効率化を優先し過ぎた一極集中型の  
社会によって、多くの人々、多くの地域が  
「つながりの力」を失ってしまいました。  
しかし、天理には地域・家族・信仰といった  
「つながりの力」が、まだまだ残されています。  
そして、古代の人々がこの地に国をつくったように、  
新たな日本創生の源流になり得る「美しく健やかな天理」を  
目指して、新たな挑戦を続けています。  
音楽、スポーツ、芸術文化、食、信仰、自然、そして人。  
たくさんの魅力で溢れる天理を、ぜひ一度訪れてみてください。

# WHERE IS TENRI?

## LOCATION



天理市は奈良県北中部にあり、東西に西名阪自動車道と名阪国道、南北に国道24号・国道169号・京奈和自動車道の通る、交通の要地です。東部は豊かな緑に囲まれながら人々が暮らす山間地であり、西部は平坦な奈良盆地に含まれる住みよい地域となっています。市域には近鉄天理線・JR万葉まほろば線が走っており、両路線が交わる天理駅からは、大阪・京都など各地へのアクセスも便利です。

## ABOUT TENRI



### 古代より積み重なる歴史

縄文の時代から人が暮らし、古墳時代には、ヤマト王権という国家誕生の舞台となった天理。古の時代から人々が積み重ねてきた歴史・風土が、この地には確かに息づいています。



### 目の覚めるような自然の営み

奈良盆地を一望できる龍王山や、春日断層崖では最大の落差を誇る桃尾の滝。春の菜の花畠、秋の銀杏並木、雪の積もった棚田の風景など、ハッとするような自然の営みがあります。



### 農業と商いの賑わうまち

天理市は、全国で栽培されている柿「刀根早生」とねわせ発祥の地。そして、関西有数のいちごの産地でもあります。天理駅前の商店街には昔ながらのお店が立ち並び、人々の生活を支えています。



### 記紀・万葉の記憶を残す古の道

奈良盆地の東に連なる山々の裾を縫うように続く、日本最古の道「山の辺の道」。そこには、古事記や日本書紀、万葉集に登場する地名や伝説など、古の人々の記憶が残されています。



### 奏でる才能を育む地域性

実は天理は音楽のまち。天理高校や天理教音楽研究会によるオーケストラ、市民団体の天理シティーオーケストラ、天理大学雅楽部や天理第九合唱団などが精力的に活動し、日々音楽に触れ、その才能が育まれる地域性があるのです。



### 感謝と共にある暮らし

日本最古の神社であり、日本中の神職が学びに集まる「石上神宮」や、人々が助け合う大切さを説く「天理教」など、日々に感謝しながら暮らすための信仰が、当たり前に存在しています。

## ACCESS

### 電車利用

JR 大阪駅	>	大和路快速 約42分	奈良駅	>	万葉まほろば線 普通 約13分	JR 天理駅
近鉄 大阪難波駅	>	奈良線快速急行 約29分	大和西大寺駅	>	橿原線／天理線 急行 約16分	近鉄 天理駅
JR 京都駅	>	みやこ路快速 約41分	奈良駅	>	万葉まほろば線 普通 約13分	JR 天理駅
近鉄 京都駅	>	京都線急行 約35分	大和西大寺駅	>	橿原線／天理線 急行 約16分	近鉄 天理駅

### 車利用

大阪から約45分	大阪中心部	>	松原JCT	>	西名阪道	天理IC
京都から約30分	京都中心部	>	国道24号または京奈和道			天理IC
名古屋から約110分	名古屋中心部	>	名古屋西JCT	>	東名阪道	天理IC

## STAY

### 天理市内の宿泊施設

奈良プラザホテル  
天理市葛籠町600-1  
TEL:0743-64-1126

温泉あり、スパあり、飲食店ありのアミューズメント複合施設「奈良健康ランプ」に隣接したホテルです。全室に「シンモンズベッド」を採用。ビジネスマンから家族連れまで、楽しく贅沢に過ごせます。

ホテルいこい  
天理市川原城町297  
TEL:0743-62-0030

天理駅から徒歩7分のビジネスホテル。2008年に改築し、内装はとてもきれいで、気持ち良く過ごせます。朝食無料サービスがあり、インターネットも全室無料で利用できます。

ビジネス旅館やまべ  
天理市田部町543  
TEL:0743-63-4730

家庭的で料理が自慢のビジネス旅館。日替わり定食からでっちり鍋まで、メニューがズラリと並びます。洗濯・コーヒー・Wi-Fiなど無料サービスも充実。古墳ファンにはたまらない「キトラの間」もあります。

ビジネスホテル喜楽荘  
天理市川原城町366-2  
TEL:0743-62-1168

和風レストランが併設された、リーズナブルなビジネスホテルです。天理駅から徒歩10分。近くにコンビニやスーパーもあり、天理観光の拠点にオススメです。無料駐車場あり。

## WELCOME SPOT

つながりの起点 | 天理での出会いやつながり、さまざまな関係がはじまる交流施設



### 01| CoFuFun

天理が生み出す価値を表現する場所

JR・近鉄天理駅前広場の交流拠点、その名も「CoFuFun（コフン）」。国際的に活躍するデザイナーの佐藤オオキ氏が代表を務める「nendo（ネンド）」が施設デザインを担当。音楽文化を発信する野外ステージが設置され、地域の食材で料理を提供するカフェ「Park Side Kitchen」、「TREK 社」のロードバイクを販売・レンタルするショップなどもあります。観光コンシェルジュも常駐し、周遊観光をサポート。遊具やキッズスペース・絵本スペースもあるので、子連れでもゆっくり過ごせます。天理の芸術文化、スポーツ、モノづくり、教え、そして子どもから高齢者までが培ってきた絆。それらの価値を内外にシェアし、新たな価値を生み出していく拠点です。

「コフンショップ」では、天理市内のさまざまな特産品やお土産をご購入いただけます。旅の思い出、大切な家族やご友人にお裾分けされてみてはいかがですか？

V  
Souvenir/



天理市川原町803

ACCESS: 天理駅 >>> 歩 1min / 天理IC >>> 車 10min

#### How to enjoy CoFuFun

カフェで土地のめぐみをいたたく



一息つける開放的な空間で、地元食材を使った野菜たっぷりの和風創作料理をお楽しみください。パンのテイクアウトも可能です。

スホーツ自転車を借りてまちをめくる



マウンテンバイクやロードバイクを借りて、サイクリングに出かけましょう。いろいろな表情をもつ天理のまちを走るのはおもしろいですよ。

子どもを連れて楽しめる天理



外には遊具、屋内のキッズスペースには1,000冊のさまざまな絵本や「ボーネルンド社」のおもちゃを用意。見守りスペースもあるので安心です。

## HISTORICAL SPOT

歴史と見どころ | 天理という土地に連綿と息づく、人々の歴史と見どころ



### 03| 石上神宮

美しい緑の中に馳染む、日本最古の神社

石上神宮は日本最古の神社の一つといわれ、国宝の拝殿をはじめとする数多くの重要文化財を今に伝えています。木々の美しい緑に馳染む静やかな境内。そこを自由に歩き回る、神の使いとされたきた鶴たち。ふと心が鎮まる自分に出会える、不思議な場所です。

天理市布留町384

ACCESS: 天理駅 >>> 歩 30min

天理駅 >>> 車 「石上神宮前」下車 + 歩 5min

天理IC >>> 車 15min

天理東IC >>> 車 5min

### 04| 龍王山

大和盆地を一望できる絶景スポット

標高586メートルの龍王山は、奈良盆地の東側にそびえる県内屈指のニュースポット。戦国時代には龍王山城という山城が築かれました。西側を眺めれば、大和三山・生駒山・二上山など、奈良を代表する山々を一望できる絶景が広がります。

天理市田町龍王山ほか

ACCESS: 柳本駅バス停 >>> 歩 120min \*山顶までの時間です

柳本駅 >>> 歩 130min

天理ダム >>> 車 10min + 歩 15min



### 05| 天理教教会本部

いつでも、誰にでも開かれている神殿

天理教は、全ての人が助け合って仲良く暮らす「陽気くらし」の実現を目指している宗教。神殿や礼拝所は開放され、毎日誰でも参拝することができます。神社やお寺ともまた違った意匠が施された、特別な文化を味わうことができます。

天理市三島町1-1

ACCESS: 天理駅 >>> 歩 17min

天理駅 >>> 車 「天理教教会本部前」下車 + 歩 5min

天理IC >>> 車 10min

天理東IC >>> 車 5min



### 06| 天理参考館

世界各国の資料を見学できる博物館 約30万点にも及ぶ世界各地の生活文化資料や考古美術資料を収集・研究・展示している博物館です。収蔵資料の中から約3,000点を展示。特別展や講演会、ワークショップ、コンサートなどを開催しています。

天理市守目堂町250 TEL: 0743-63-8414

ACCESS: 天理駅 >>> 歩 15min

天理駅 >>> 車 「天理教教会本部前」下車 + 歩 5min

天理IC >>> 車 10min / 天理東IC >>> 車 5min



## 02 天理市トレインセンター

魅力的な旅・食・歴史・暮らしを感じられる交流施設

山の辺の道ハイキングの拠点として愛されてきた「天理市トレインセンター」が、さらに魅力的な施設になってリニューアルしました。歴史文化の紹介コーナーはもちろん、たくさん歩いた後の汗を流せるシャワーエquipmentや、ロードバイクを停めるためのバイクラック、美しい眺望が楽しめる開放的なデッキも設置。また、豊かな自然の中で育まれた地域産品をメニューに取り入れた飲食エリアも施設の一角にでき、地域内外の方々が交流できるイベントも季節折々に開催しています。魅力的な旅・食・歴史・暮らしを考える人々のための情報発信交流施設です。

〒天理市柳本町577 TEL: 0743-67-3810  
ACCESS: 天理駅 >>> 歩 15min + 歩 5min / JR柳本駅 >>> 歩 15min



地元の旬野菜を使ったサラダなど、天理ならではのメニューでおもてなし

天理の魅力と、これから 天理に関わるクリエイターの視点



天理駅前広場CoFuFunデザイナー  
nendo代表  
佐藤オキ氏



天理市ブランディングプロデューサー  
graf代表  
服部滋樹氏

天理市内に多数点在しながら日常生活に美しく溶け込んでいる「古墳」。天理において古墳とは、歴史的特徴を示すアイコンであり、日々の生活の中で受け継がれていくべきものだと感じました。広場の名称「コフフン」は、駅前広場のデザインの主要モチーフである「古墳」と、「フンへむ」と思わず鼻歌を歌いたくなるような心地良さを提供したいという想いや、天理市民が「コフフン」と他人に笑顔で自慢できるような場所となって欲しいといふことから名付けました。

**Profile:** デザイナー。建築、インテリア、プロジェクト、グラフィックと多数に渡ってデザインを手掛け、Newsweek誌「世界が尊敬する日本人100人」に選出。世界的なデザイン賞の数々を受賞し、作品はニューヨーク近代美術館(米)をはじめとする世界の主要美術館に多数収蔵されています。

関西の古くからの都、奈良。いつ訪れてても移り変わるものと自然の美しさが印象的な天理は、常に山間を背に広大な景色をまとっています。都市からの距離感をあまり感じさせない、こんなに近い古くからの大自然は緩やかにカラダと心を落ちさせてくれる、そんな場所ですね。今後、子供たちが集う駅前広場「コフフン」や商店街コミュニケーションパブでは、お仕事支援など、暮らしに必要な要素や土地の魅力を伝える場所が整備されていきます。健康で美しい天理の魅力を、今の時代に必要な文化としてみなさんにご紹介したいと思います。

**Profile:** graf代表。クリエイティティライターレター、デザイナー、建築、インテリアに関するデザインやブランディングディレクションを手掛け、地域再生などの社会活動にも能力を発揮している。京都造形芸術大学情報デザイン学科教授。



## 07 大和神社

戦艦大和の守護神として祀られた神社  
43ヘクタールの広大な森の中に鎮座する大和神社。社殿は三殿式で、中央に日本の土地を司る「日本大國魂大神」が祀られています。太平洋戦争中は戦艦大和の守護神として信仰され、境内には戦艦大和の資料室もあります。

〒天理市新泉町306  
ACCESS: 天理駅 >>> 歩 10min + 歩 5min  
JR長柄駅 >>> 歩 7min



## 08 黒塚古墳

邪馬台国ロマンを内包した前方後円墳  
黒塚古墳は全長が約130メートルの前方後円墳で、卑弥呼の鏡といわれる「三角縁神獣鏡」が埋葬当時のまま出土したこと有名です。隣接する展示館では、竪穴式の石室や三角縁神獣鏡のレプリカが展示されています。

〒天理市柳本町  
ACCESS: 天理駅 >>> 歩 15min  
JR柳本駅 >>> 歩 8min



## 09 桃尾の滝

涼やかな空気が流れる美しい滝  
約23メートルの落差を誇る、涼やかで美しい滝。春の新緑、秋の紅葉と、木々の姿がとても美しい場所です。滝つぼの横に彫られている不動三尊摩崖仏を見に来るお客様が多く、7月には来訪者の安全を祈願する滝開きが行われます。

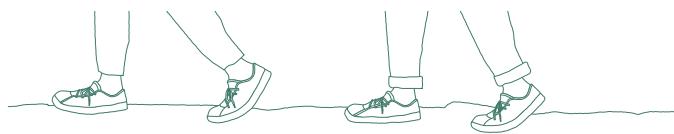
〒天理市浦本町  
ACCESS: 天理駅 >>> 歩 15min  
天理駅 >>> 歩 「上本」下車 + 歩 5min  
天理東IC >>> 歩 20min

## 10 復元氷室

奈良時代から氷をつくる施設  
氷室とは、天然の氷を夏まで溜めておく施設のこと。天理市内の東側、高原地区の福住町にその氷室跡があります。1300年ほど前の平城京に都があった時代には、ここでつくられた氷が宮中に運ばれています。冬に氷を入れ、夏に取り出す「氷まつり」が地元の人たちの手で行われています。

〒天理市福住町井之市  
ACCESS: 天理駅 >>> 歩 35min  
天理駅 >>> 歩 「浄土」下車 + 歩 5min  
一本松IC >>> 歩 5min





## LET'S GO WALKING

今なお人の歴史を積み重ねる  
「日本最古の道」を歩きに行こう。

大和盆地の東側、連なる山々のふもとにある「山の辺の道」。桜井から奈良まで南北に通るこの道は「日本最古の道」といわれ、気が遠くなるほど長い間、多くの人たちの往来を助けてきました。現代では、古事記や日本書紀、万葉集などに登場する地名や旧跡、神社やお寺、古墳などが点在し、古代ロマンを感じられるハイキングコースとして、たくさんの人に愛されています。ふと立ち止まって思いを馳せれば、古代の人々の息づかいが聞こえてくるこの道を、ゆっくりと踏みしめて歩いてみませんか？そこには四季と共に姿を変える自然のめぐらしさ、そして今まさにこの道と共に暮らし、歴史を重ねる人々との出会いがあなたを待っています。



## 山の辺の道

YAMANOBE NO MICHI PATH



### 01 天理観光農園 / CAFE WAWA

自然を意識できる農園＆カフェ

きんかん・みかん・ブルーベリーなど、さまざまな果実の収穫体験ができる観光農園です。隣接するカフェは、ランチやビザ、自家製ジュースなど、体に優しいごはんを提供するお店。生活雑貨も販売しています。

天理市園原町183 TEL: 0743-66-1663

ACCESS: 天理駅 >>> 歩 65min / 天理IC >>> 車 10min



### 02 夜都伎神社

神秘の空気が漂う、茅葺き屋根の神社

夜都伎神社は別名を春日神社といい、春日大社と同じ四神を祀っています。拝殿はこの地域では珍しい茅葺き屋根で、周囲の木々と相まって、どこか漂とした美しい空気が漂っています。

天理市乙木町765

ACCESS: 天理駅 >>> 「乙木口」下車 + 歩 20min

天理駅 >>> 車 85min



### 03 せんぎりや

田舎のおもてなしを感じる休憩スポット  
ちょうど歩き疲れてきた頃に現れる無人販売所。休憩スペースには、地元の野菜や果物はもちろん、アイスクリームやピールまで置いてある、ハイカーには嬉しいスポットです。

天理市乙木町236

ACCESS: JR長柄駅 >>> 歩 35min / 天理駅 >>> 歩 90min

天理駅 >>> 「三昧田」下車 + 歩 20min



### 04 長岳寺

紅葉100選にも選ばれる、空海創建の古刹  
824年、弘法大師が大和神社の神宮寺として創建。  
12,000坪の境内には四季を告げる花々が咲き誇ります。仏像5体と建造物4棟の国指定重要文化財をもつ、花と文化財のお寺です。

天理市柳本町508

ACCESS: JR柳本駅 >>> 歩 20min / 天理駅 >>> 歩 140min

天理駅 >>> 「柳本」下車 + 歩 15min



### 05 崇神天皇陵（行燈山古墳）

豊かな森を育む、大和朝廷創始者のお墓  
全長242メートルの大きな前方後円墳で、大和朝廷の創始者とされる第10代崇神天皇の陵墓。別名「行燈山古墳」と呼ばれ、展望も良く、ハイカーの休憩所としても親しまれています。

天理市柳本町

ACCESS: JR柳本駅 >>> 歩 15min / 天理駅 >>> 歩 140min

天理駅 >>> 「柳本」下車 + 歩 1min

### 06 清澄の里 粟

人気者のヤギが迎える、伝統野菜のレストラン

奈良市高橋町861

ACCESS: 天理東IC >>> 車 140min

天理駅 >>> 「柳本」下車 + 歩 1min



## HANDMADE

### ジャムキッチンターン



手間暇かけて、心を込める。  
一つづつ手作りする絶品ジャム。

イベントや市内数ヵ所のお店で販売をしているタータンのジャム。真理子さんが販売、お父さんが畑、お母さんがジャム作りという担当で、3人で切り盛りしている。なるべく天理市内や奈良県各地から仕入れている減農薬・有機栽培のいちご・ブルーベリー・いちじく・レモン・ぶどう・みかん・梅など、年間15種類ほどのが果物がジャムとして店頭に並ぶ。添加するのは砂糖のみで、保存料なども使わない。「手作りのジャムが画一的に作られた製品と違うこと、天理でおいしい果物がどれることを知ってもらいたら嬉しいです」と真理子さんは話してくれた。

## AGRICULTURE

### 南檜垣営農組合



集落の農地は集落で守り、  
親子三代が暮らせる村へ。

「南檜垣営農組合」は平成18年に設立した農事組合法人。遊休地が増え、後継者が減り続けていく中で、組合員で協力して米・小麦・大豆を中心に行なう。地域の農家・景観・コミュニティを守ろうと取り組んでいる。「たくさんの人間に食べてもらえる米を作ろう」と、農薬や化学肥料の使用をできるだけ抑え、環境に配慮しながら「やまどひみこ米」を作った。子ども向けの体験イベントも行なっている。「若い世代に引き継いでいき、女性が頑張れる組織にしていきたい。そしてもう一度、親子三代が暮らしていく村にしていきたい」と松井さんは話してくれた。

## BEAUTY

### 森田アロエ本舗



アロエを通じて、関わる人が  
幸せになる商いを。

「森田アロエ本舗」は、アロエをハウス栽培し、生葉を粉末や打錠のサブリメントにしたり、オリジナルハンドクリームなどの化粧品にしたり、加工・小売まで行う6次産業の商店だ。『関わる人が幸せになる商いを心がけています。それによってお得意さんが増えてくれればいい。個人商店には退職金はありませんが、お得意さんの存在が退職金みたいなものだと思ってます』と森田さんは笑う。そして、「天理のまちは天理教信者の方々が日々掃除をしてくれているからきれいで美しいんです」と教えてくれた。ぜひ、天理の美しさにも注目してみてほしい。

## MUSIC

### 天理大学 雅楽部



世界中の音楽が和えられて生まれた、  
奏で、歌い、舞う、日本の雅楽。

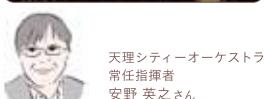
雅楽とは、5世紀ごろにアジア各国から日本にもたらされた音楽と日本古来の音楽が和えられて平安時代に生まれ、今なお受け継がれている音楽である。天理大学に雅楽部ができたのは1951年。それから40年以上に渡り雅楽の指導をしてきたのが佐藤さんだ。佐藤さんは雅楽の魅力を「世界中の音楽が集約された総合芸術としての一面」と「経過音のあり方」と話す。経過音とは、笛のような楽器「簫」で「ラ」から「ド」に音をあげるときに出る、「ラ」でも「シ」でも「ド」でもない間の音のこと。雅楽を聴くときは、この経過音に耳を澄ましてみてほしい。

## tenribito

天理を  
盛り上げる  
元気な人々

### MUSIC

#### 天理シティーオーケストラ



世界の仲間が帰る場所をつくり、  
天理を日本のウィーンに。

「天理シティーオーケストラ」は2001年創設のアマチュア・オーケストラ。約40名の団員と、天理市内外で演奏会を行い、家族向けのコンサートを開くなどしている。実は天理は音楽のまち。天理高校の吹奏楽部は全国コンクールで金賞をとる名門、天理教にもオーケストラがあり、人々がクラシックに馴染む土壤があるのだ。世界で活躍する天理出身の奏者も多数。安野さんは「仲間たちが帰ってこれる場所をつくりたい。そして、天理をオーストリアのウィーンのように、世界から認知される音楽のまちにしていきたい」と、その大きな夢を教えてくれた。

### SPORTS

#### 天理大学 柔道部



多様性を認め、日本一奪還を誓う。  
地域に愛される柔道部。

穴井さんは天理大学の出身。2010年に世界柔道選手権大会で優勝し、2012年にはロンドン五輪日本代表にも選ばれた選手だ。2014年に天理大学柔道部監督に就任。以来、100名の部員たちと共に考え、汗を流している。同柔道部は1925年に創設。現在、関西では20連覇中だが、日本一からは25年間遠ざかっている。ゆえに、「日本一奪還」を穴井さんは誓っているのだ。そんな穴井さんの哲学は、多様性を認めることにある。「多様な人がいる中で同じ目標に向かうために必要なのは信頼。天理の応援してくれる人たちのために頑張ります」と力強く話してくれた。

### HISTORY

#### 石上神宮



あまねく人々の平穡を願い、  
若者と神社をつなぎ直す。

魂や命を司る、日本最古の神社の一つ石上神宮。ここで権禰宜を務める市村さんは、日々、神道の教えである「淨く」「明るく」「正しく」「直く」の通りに勤めを行い、人々の平穡を願っている。一方で、天理の周遊観光促進イベントの実行委員長を担い、青年会議所にも加わって地域活動にも参加している。そこには、神社や地域から離れてしまった若者との接点をつくりたいという思いがある。今後も「つなぎ役」として活動し、4年後の40歳の区切りと同時に、得たものを社会に還元するステージに進むつもりだと、望む未来を話してくれた。

### ACTIVITY

#### サロンドキッズ



つながりを生み、  
見守り合いの連鎖をつくる。

「サロンドキッズネット」は子育てが楽しくなる家庭づくりや地域づくりをサポートするNPO法人。「子育てサロン」「出前保育」「世代間交流」「情報発信」といった活動を行っている。矢田さん自身、「子育てに悩む日々が育児教室に参加したことで救われた」という体験をした3児の母。今では、7名のスタッフと約37人のボランティアのメンバーたちと共に、子育てに悩むお母さんに体験や助言を提供し、つながりを生むきっかけづくりをしている。「行政とお母さんのパイプ役になって、見守り合いの連鎖をつくっていきたい」と矢田さんは笑う。



Megumi Meguru Tenri

This place has been “A Home”,  
Long before a country was born,  
Where history and Nature’s gifts  
Have constantly come and gone.  
The sound and beautiful city, Tenri.