



みやこユニバーサル観光のすすめ

# 見ないで楽しむ京の旅



## 見ないで楽しむ 京の旅

平成 23 年 3 月

発行：京都市保健福祉局保健福祉総務課  
〒604-8571 京都市中京区寺町通御池上る上本能寺前町 488

TEL : 075-222-3366  
FAX : 075-222-3386

E メール : hofokusoumu@city.kyoto.jp

<http://www.city.kyoto.lg.jp/hokenfukushi/page/0000054759.html>

協力：みやこユニバーサルデザインフォーラム

高山寺 / 詩仙堂 / 無鄰庵 / 京都精華大学 准教授 小松正史

香老舗 松栄堂 / 宇治市源氏物語ミュージアム

懐石・宿 近又 / 平安陶花園 / 日吉屋

北野天満宮 / 俵屋吉富 / 下鴨神社 / 中村軒

来迎院 / 相国寺 / 御すぐき處なり田

御香宮神社 / 龍安寺 / 京都市交通局

阪急電鉄 / V E L O T A X I J A P A N

(掲載順)

撮影（一部）：宮川透

京都市印刷物第 223297 号



京都市

# 目次

はじめに 2

## 第1章 四感を研ぎ澄ます

音から時間、空間を感じる	3
香りから京（みやこ）を感じる	5
食から季節を感じる	7
手から技を感じる	9

## 第2章 テーマを決めて楽しむ

雨を楽しむ	11
祭・歳時を楽しむ	13

## 第3章 四感でもっと楽しむ

京都を深く知る	15
---------	----

## 参考

観光に関わる ユニバーサルデザインの事例紹介	17
---------------------------	----

※表紙の写真は、高山寺石水院の善財童子の像  
建物は、周囲の壁が大きく開かれ、部屋を渡る風が心地よい。

# はじめに (この冊子の趣旨)

この冊子は、年齢や障害の有無等にかかわらず、より多くの方に京都を楽しんでいただく、観光のユニバーサルデザインを推進するきっかけの一つになることを願って作成したものです。

ユニバーサルデザインとは、製品や建築物などを作る際に、様々な方が利用することを想定して、予め、できるだけ全ての人にとって利用しやすいものとなるよう配慮することを言います。一般的には、施設や交通機関のバリアを無くすことや観光案内を分かりやすくしていくことが、観光のユニバーサルデザインとされています。

しかしながら、施設や交通機関のバリアフリー化等は「(障害のある方や外国の方等)特定の方」への「特別な対応」として、多くの方は「自分には関係ない」と無関心になります。

こうしたバリアフリーの取組は非常に重要で、今後も積極的に推進していく必要がありますが、できることならば「特定の方」に「特別な対応」をすることなしに、だれもが安心して快適に京都の旅を楽しんでいただく、そんな環境をつくっていく必要があります。

今回は、そのことを考えていただききっかけとして、楽しみ方そのものをユニバーサルデザインしていくことを提案してみました。

これまで、見えることを前提にした楽しみ方が「通常」で見えない方には、(触ったり聞いたりする)代替的な手段で楽しんでいただくということが一般的でしたが、今回は「見る」こと以外の四感を研ぎ澄ませて楽しむことで、「見えても」「見えなくても」同じように楽しめる（または、見ない方がより楽しめる）そんな京都の楽しみ方を示しています。

視覚に障害のない方には、これまで見えていることに気を取られて感じることができなかつたことを体験していただき、視覚に障害のある方には代替ではない、本物の京都の良さを味わっていただきたいと思います。そしてその体験を通じて、様々な方が共に楽しむことができる観光のユニバーサルデザインについて、それぞれの立場から何ができるかを考えいただければ幸いです。



詩仙堂 鹿おどし



無鄰菴

第一回 四感を研ぎ澄ます

詩仙堂は、江戸時代初期に徳川家康に仕えた武士であった石川丈山が造営、隠棲した山荘跡で、現在は丈山寺という曹洞宗の禅寺です。

この庭には、もともと田畠を荒らす動物を追い払うための道具であった「鹿（しし）おどし／添水・そうず」が、庭園としては初めて据えられたと言われています。

住職の石川順之さんは、「鹿おどしは、静寂を楽しむためのもの。滝の音、山からの反響音をふくめて、それら全ての音が、静寂を際立たせる要素になっている。庭と言うと見た目の美しさばかりが強調されるが、音を観るという視点を持つと、より庭を楽しむことができる。」と言います。

耳を澄まして庭に向かってみれば、鹿おどしの音の合間の水が竹に満ちるまでの水の流れと、コーンという音に刻まれた時の流れを感じることができるでしょう。

無鄰菴は、明治の元勲山県有朋が稀代の庭師と称された小川治兵衛に命じて造営した別荘です。

京都精華大学の小松正史准教授によると「この庭では、限られた空間の中でも様々な音が楽しめるよう、庭を流れる水の音量や音色の変化を考えて川幅や石の配置が決められており、庭を歩きながら音の変化を楽しむことができる。」とのこと。

例えば、水流の始まりの三段の滝や、流れの途中におかれた飛び石のところでは、水が石に当たる音を聞くことができますが、三段の滝では高低の落差により大きな音、飛び石のところでは優しくまるやかな音が響き渡っています。また、二つに分かれた流れの途中の浅瀬では、ゆったりとした水の流れとなり、音はあまり聞こえませんが、流れが合流する地点では、水音が大きくなり、この音の広がりによって空間の広がりを感じることができます。

無鄰菴は、明治の文明開化のエネルギー、この時期に開削された琵琶湖疏水の水の恵みを活用した、新しい息吹を感じさせる庭です。それとは対照的に、詩仙堂のような江戸期以前に作られた庭には、岩と砂、常緑樹で作られた枯山水庭園が多く見られ、禅とむすびついた、どこか閉鎖的で緊張感のある造りとなっています。

詩仙堂で時の流れと自分自身に向き合ったあとは、無鄰菴で空間の広がりと開放感を感じてみる、そんな変化を楽しむのもいいかもしれません。



香炉

宇治市源氏物語ミュージアム所蔵  
『源氏絵鑑帖』卷 32 梅枝

平安時代の貴族たちは、様々な香料を配合して調えた、今でいう練香（ねりこう）のようなものを「空薫物（そらたきもの）」と呼んで、広い空間を染めるように焚いたり、「薰衣香（くのえこう）」として衣服に焚きしめたりしていました。

平安時代中期、紫式部が著した王朝物語「源氏物語」においても、物語の中で「香り」がそれぞれの場面を引き立てる重要な役割を負っています。

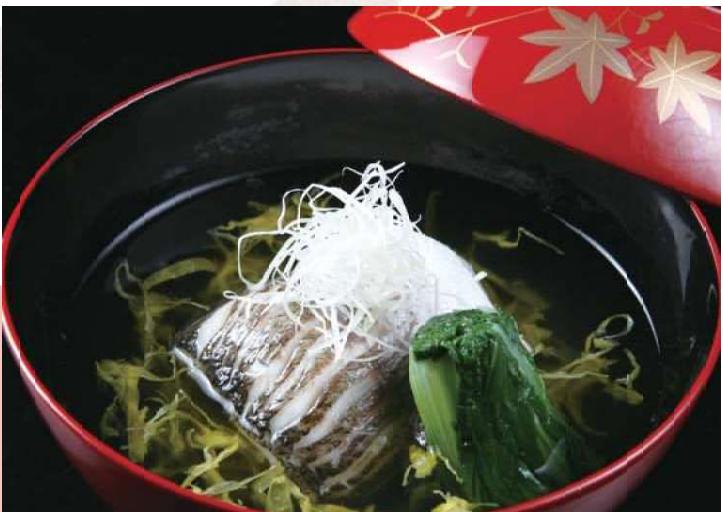
例えば、誰かが近付いた（通り過ぎた）ことを衣装にたきしめられた香りで知る。そしてその者の高貴さを香りによって察する。花などの香りによって誰かを思い出す。こんな場面がいくつもあります。また、「追い風用意」と呼んで、貴族たちは自分の後ろにどんな香りを残すか、ということをとても気にかけていたようです。

華やかなイメージのある平安時代ですが、洛外はもちろん、洛内も当然今より原始的な風景が広がっており、ゴミや糞尿の臭い、死臭までもが、日常的なおいとして生活空間を包んでいました。これらの空間からのバリアーとして、香が焚き続けられたと思われます。そしてこの香りこそが、平安貴族の財力や教養、センスを示すステータスだったのです。

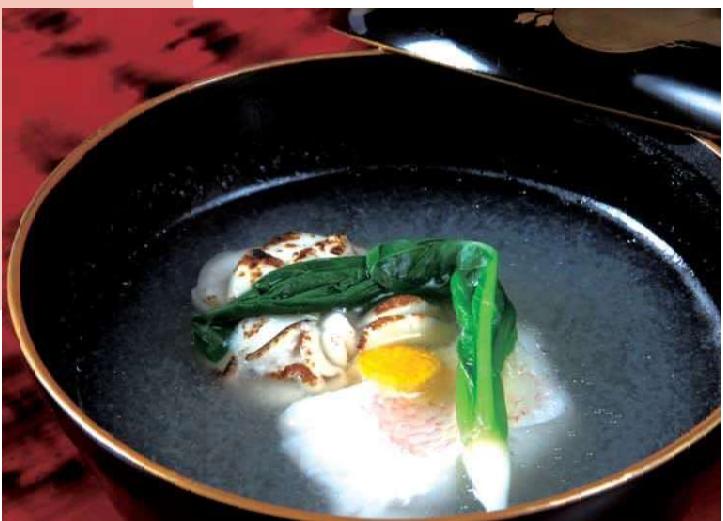
貴族たちは、ベトナムやインドネシアなどから海を渡って運ばれてきた沈香（ぢんこう）、白檀（びゃくだん）などの香木のほか、世界の各地で産出される香料を用い、家ごとに伝えられた調合をもとに、梅や菊などをテーマとして、四季を香りで表現していたと言います。源氏物語の「梅枝（うめがえ）」でも、貴族たちがそれぞれの薫物を調合し、披露しあう様子が描かれています。

残念ながら、源氏物語の時代には、今では入手が困難な材料も使われていたため、全く同じ香りを再現することは難しいのですが、同様のイメージによる「香」を自分で探し、平安貴族たちの暮らしに思いを馳せてみれば、「時空を超えた旅」を味わえるのではないかでしょうか。

食から季節を感じる



かますの小蕪印籠蒸



雲子と甘鯛の蕪汁

食感と香りで味わう京料理

京料理の中の一品である椀物は、器にふたがあることから、これを開けた時に広がる香りが一番の楽しみどころ。他の感覚も同じですが、特に味覚は視覚、香り、食感などと密接な関係を持つ複合的な感覚です。ここでは「香りや食感から味わう」ことに注目した季節の椀物の一例を見ていきましょう。

#### ◆春の椀「蓬豆腐と細魚（さより）のあられ揚げ」

春には何といっても山菜。蓬豆腐は蓬を葛で固めたもので、柔らかい餅のような食感と共に、蓬の香りが口の中に広がります。細魚のあられ揚げは、かき餅をつぶした粉を衣にして揚げたもの。香ばしく、サクッとした食感を楽しむことができます。他に春の香りの独活（うど）などを添えます。

#### ◆夏の椀「牡丹鱧とじゅんさい」

京都の料理人の腕の見せ所である鱧の骨切りは、食感に骨を感じさせない見事なもの。骨切りした鱧は火を入れると切り目が牡丹の花のように広がります。開いた鱧のほろほろとした食感と、夏の風物詩、天然生じゅんさいのつるつとした涼感を楽しみましょう。

#### ◆秋の椀「かますの小蕪印籠蒸」

小蕪を薄味のだしで炊き、生の「かます」で包み込み、蒸し固めます。「かます」が小蕪を包み込むことを大切なものを入れておく印籠に例えました。蒸し上げた「かます」は、柔らかくほくほくしており、包まれた小蕪はとろけるような食感です。汁に浮かべた菊の花の微かな香りも秋を感じさせます。

#### ◆冬の椀「雲子（くもご）と甘鯛の蕪汁」

雲のようなモクモクとした形から、関西ではたらの白子を雲子と呼びます。茹でた後に表面に焦げ目をつけることで、香ばしい香りとともに、表面と中身の食感の違いも楽しむことができます。汁は聖護院蕪を擦りおろして薄葛仕立てとしており、僅かなとろみがあることから、温かさが胃の中から全身に染み渡ります。

創業 200 年を超える老舗の懐石料理店「近又」の鶏飼治二さんは「食事はただ腹を満たすためだけのものではなく、全身で季節や自然との繋がりを感じるもの」と言います。スーパーに行けば年中同じ素材が手に入り、旬という概念が失われつつある昨今ですが、「暑い」「寒い」などの肌で感じる季節ではなく、口の中から全身に広がる季節を感じてみてはいかがですか。

触

触

手から技を感じる



制作風景



京焼・清水焼

## 第一章 四感を研ぎ澄ます

京焼・清水焼が他の陶磁器産地と大きく異なることは、近くに「良い原材料」が産出しないこと。通常であれば、良い原材料（粘土など）が産出される地域で、その材料を使った産業が発展するのですが、なぜ原材料の産出しない京都で京焼・清水焼が発展したのでしょうか。

清水焼窯元、平安陶花園の伊藤南山さんは、その理由を「京には質の高い陶磁器を求める「使い手」がたくさんいたこと、そして蒔絵や彫金、京友禅などの他の産業との技術的な交流、意匠的な刺激があったこと。」と語ります。

窯元ごとに個性があり、象徴的な特徴がないと言われる京焼・清水焼ですが、使いやすさと洗練されたデザインを徹底的に追求した結果、薄くて、軽くて、美しいということが、総じて言える特徴となっています。

また、機械化が普及し安価な大量生産品が出回るなど、器を取り巻く環境が変わった今でも、手づくりへのこだわりを持つ職人が他の産地と比べて多いのも京焼・清水焼の特徴のひとつ。自らの手で持ちやすさや使いやすさをイメージしながら仕上げていくため、曲線の滑らかさと触感を自在に追求できると言います。

例えば、器に「窪み」や「波」をつけることは、極限の薄さ、軽さを追求した京焼・清水焼では非常に難しいのですが、これがあることで見た目の美しさとともに、手に持った時の馴染みが大きく異なってきます。また、この「窪み」は職人の指でつけるのですが、押すタイミング、つまり土の固まり具合の見極めと、押す力の強さ、角度を誤ると器の「歪み」になってしまうという微妙なものだそうです。「薄さ」「軽さ」についても、道具としての機能性、耐久性を考えると、どこまで薄く軽くするのか、職人の勘と微妙な技が必要となります。

道具としての使いやすさと、見た目の美しさを抜群のバランスで両立させること。それを追求しているのが京焼・清水焼であり、その質の高さから長い歴史を刻んできました。数ある京都の窯元を巡り、器を触ってみることで、職人一人ひとりの技や個性を感じてみてはいかがでしょうか。

造  
り手から使  
い手へ

# 雨

## 雨を楽しむ



雨の日には、草木や土の香りを一層感じます。これは、雨の前に植物が油成分を出すためであったり、雨の後に土の中の微生物の活動が活発になるためであったりするようです。また、森林浴の有効成分も雨の日の午前中により多く放出されると言います。

下鴨神社の糺の森は、都がこの地に移されるより以前の植生を持っているとされ、2000年以上も前の姿が残っている太古の原生林です。雨の日にこの森の土を踏みしめ、草木や土の香りを感じながら歩いてみると、深みのある森の香りの中、はるか古代にタイムスリップしたような気分になれるでしょう。

梅雨時に美しさを増すのが、苔の庭。自然の森林とはまた異なる楽しみがあります。特に雨の日の西芳寺（苔寺）では、青々とした苔がまるで空気までも緑色にしてしまうような勢いで、思いっきり息を吸い込むと香りから色を感じることができそうなほど。苔の香りは微かなものですが、湖や湿った土の香りにも例えられ、雨の日の苔庭で意識を集中すれば、どっしりとした大地の香りを感じることができるかもしれません。

# 雨

## 雨の日の香り・雨音の心地よさ



泥水の中から美しい花を咲かせる蓮は、仏教では極楽浄土の象徴とされています。ちょうど雨の多い7月前後、山科区にある門跡寺院の勸修寺（かじゅうじ）の氷室の池では蓮の花が見頃を迎えます。花の美しさや香りもさることながら、雨の日には水面に大きく広がる葉に落ちる雨の音に静かに耳を傾けてみましょう。微かな蓮の花の香りと相まって、極楽浄土のイメージが湧いてくるかもしれません。

京和傘の始まりは平安時代と言われ、当時は貴族の外出時に日の光を遮る日傘として利用されていたとか。和紙に油を染み込ませ、雨傘として利用するようになったのは室町時代から。京都では現在、上京区の吉屋さんだけで製造されている貴重な品です。

和紙で作られた傘の雨音は、ナイロンなどでつくられた傘とは違う繊細な音がします。雨の強弱の変化が、傘を打ちつける雨音の変化となって「パラパラ」と心地よく響きます。和傘をさして京の街中を歩けば、その傘の下には周りの喧騒とは別の空間が広がるでしょう。



京都には四季折々の祭や歳時があり、市民は折につけ、無病息災、家内安全、商売繁盛を祈願します。

1年の半分が過ぎた6月晦日に、前半年の無事を感謝し、後半年の無事を祈願するのが「夏越祓い（なごしのはらい）」。

市内の各神社では、茅でつくった輪を備え付け、これをくぐることによって茅の力強さにあやかり、無病息災を祈ります。茅は河原などに生える雑草で非常に生命力が強く、また乾燥することによって強い香りを発するので、これらが厄除けに効くと考えられたのでしょう。

また輪をくぐるという行為は、再生（よみがえり）を意味するという話もあります。輪をくぐる時には、茅の香りに注意しながら、古い自分から新しい自分へとリフレッシュしていくことを意識するとよいでしょう。

そしてこの夏越の祓いと関係深いのが「水無月」という厄除けのお菓子。このお菓子は外郎（ういろう）に小豆を乗せたもので、平安時代に氷が貴重品であったころ、氷を模してつくったものと言われています。そのつもりで食べてみると、少しは涼しく感じられるかもしれません。



11月になると、同じく市内の各神社で火焚祭（お火焚き）が行なわれます。火焚祭は宮中の新嘗祭が民間に広まったものと言われ、五穀豊穣を祝う神事です。

秋に採れた新米を神前にお供えし、願い事を書いた護摩木を焚いて悪霊を追い払い、家内安全、無病息災、商売繁盛、火難除けを神に祈るのです。

火には世の中の不浄なものを消し去る力があるとされており、焚かれる護摩の火の熱さや、パチパチという音とともに天にのぼる煙の香りを感じながら、身も心も清めましょう。

火焚祭の時期には「お火焚き饅頭」が「おまんやさん」といわれる和菓子店の店先に並びます。餡の入った紅白の薯蕷饅頭で、表面に火焰宝珠の焼印が押されたものです。少し塩味の効いたやさしい餡の甘さを感じながら、火の力強さにあやかり、無病息災を願いましょう。柚のおこしと、護摩で焼いたみかんも一緒に頂くと、その年は風邪をひかないとも言われています。

## 京都を深く知る



## 【声明（しょうみょう）】

声明（しょうみょう）とは、仏教の儀式で用いられる声楽の総称で、リズム、メロディーとも、今日一般的に知られる音楽とは違い、1・2・3、1・2・3といった拍子や、五線譜で表すことのできない、幽玄で宇宙的な音楽と言えます。僧侶の発する声が体中に響き、心が揺り動かされます。京都では大原の来迎院などで聞くことができます。



## 【鳴き龍】

相国寺は、足利三代将軍義満が創立した禅寺です。法堂の天井には、幡龍図（ばんりゆうず）と呼ばれる龍の絵があり、この下で手を打つと、龍が鳴いたかのような音の響きを感じるため「鳴き龍」とも呼ばれています。これはドーム型の天井に、反射した音が、いくつも重なりあう多重反響によるもので、立ち位置がずれると聞こえなくなってしまいます。（法堂の公開日は限定）



## 【梅の香】

北野天満宮といえば、その祭神は菅原道真です。道真が藤原氏の謀略により大宰府に左遷された際、愛でていた梅の花に別れを告げた「東風（こち）吹けば匂ひおこせよ梅の花 主なしとて春を忘るな」の歌が有名です。現在の北野天満宮の境内には50種、1500本の梅があり、2月中旬から3月下旬の最盛期には梅の香りが境内を覆います。



## 【漬物】

「すぐき」と、「生しば漬け」、「千枚漬け」は、京都の三大漬物と言われています。「すぐき」と「生しば漬け」は乳酸発酵による独特の香りがあり、好き嫌いの分かれるところですが、漬物本来の深い味わいが感じられるでしょう。千枚漬けは、聖護院蕪を薄く切って漬けたもので、きめ細かな食感と、甘みと塩気、昆布のうまみのバランスが絶妙です。



## 【御香水】

伏見はかつて「伏水」と記されていたように、昔から良質の地下水に恵まれてきました。御香宮（ごこうのみや）は、平安時代に境内から香り高い水が湧き出たことから、清和天皇からその名前をたまわったと言います。一度は水が枯れてしまったのですが、今では復元され、女酒と言われた伏見の酒と同様、口当たり滑らかで柔らかい水を頂くことができます。



## 【御手洗祭】

御手洗祭（みたらしまつり）は、下鴨神社の夏越の例祭で、足つけ神事とも呼ばれています。手にろうそくを持った参詣者たちが、御手洗池に膝までつかって御手洗社まで歩き、献灯して無病息災を祈願します。池に足をつけてみると意外なほどの冷たさで、水から出た後も、しばらくはひんやりとした感覚が残り、真夏の暑さを一瞬だけ忘れることがあります。

## 参考 | 観光に関するユニバーサルデザインの事例紹介



### 模型

龍安寺の方丈石庭の全景縮小模型や、三十三間堂の建物の模型は、庭におかれた石の位置関係や敷き砂の模様、建物の形状などを触って楽しめます。また、実物では見ることのできない角度や距離感で見ることができ、新たな気づきにもつながります。



### 音声案内

いまでは多く設置されている音声案内。例えば二条城では、城内の見どころとなる場所には案内ボタンが設置されており、これを押すことにより解説を聞くことができます。また、携帯式の音声ガイド（有料）を借りることでき、日本語のほか、英語、中国語、ハングル語に対応しています。



### 地下鉄の案内

京都市の地下鉄では、上り線と下り線の案内音声を男声と女声で区別しています。また、東西線では出発合図のベルの代わりにオリジナル曲を使用しており、これも上り下りで曲が異なります。声や曲の種類によって、どちらの列車が来るのか（出発するのか）が分かりやすくなっています。



### 市バス「ポケロケ」

バス停に表示された2次元コードとインターネットに接続できる携帯電話により、これから乗ろうとするバスの到着（接近）情報を得ることができます。インターネットに接続できない場合には、「京都いつでもコール（075-661-3755 / 8:00~21:00）に電話して、今いるバス停と行き先を伝えると同様の情報を教えてもらえます。

5	0	19	38	43	54
6	0	9	14	1	24
7	1	4	8	12	17
8	2	7	11	15	20
9	3	6	15	19	24
10	0	5	10	13	20
11	0	5	10	15	20
12	0	5	10	15	20
13	0	5	10	15	20

### 時刻表

特急、快速、準急等、列車の様々な種別を時刻表のなかで区別するのは大変です。文字の色だけで区別すると色弱の方（日本人男性では約5%の方）には判別できません。○や□で囲んだり、白抜き文字にしたり、区別のつきやすい色を選択したりすることで、誰にもわかりやすい時刻表となっています。



### ベロタクシー

環境にやさしいベロタクシー（自転車タクシー）は、近距離でも歩くのが大変という方など、人にとってもやさしい乗り物です。また、歩く速度に近いことから、匂いや音など街の雰囲気を感じながら京都を楽しむことができます。京都をはじめ、日本各地で運行しています。



### ピクト(駅、観光案内図、等)

ピクト（絵文字）は、文字を読まなくても一瞬で意味が理解できる便利なもの。交通標識にも利用されています。観光案内や駅や空港の案内には、外国の方、高齢の方、お子さんなど、地理や施設に不案内な様々な方が見ることから、簡単で誰でも共通の理解ができるピクトを多用しています。



### あなた

街中でも製品でも、様々な人の利用を想定して様々な配慮がされていますが、一番頼りになるのは、結局は近くにいる人。自分自身の旅行先での不安や、外出中の困りごとなどを思い出して「私に何か出来ますか。」と一声かけてみてください。たとえ出来ることは限られても、それが最も心強い「ユニバーサルデザイン」です。