



### THE KANSAI CONTAINS THE REAL UNDISCOVERD JAPAN.

在關西,除了大阪、京都、神戶和奈良等中心地區外,

還有其他眾多魅力十足的勝地。 在那裡,遊客可接觸到居住在關西的人們

於漫長歷史中細心培育,並十分重視的傳統、神話、文化、飲食等。

讓我們進一步深入體驗關西的魅力吧。

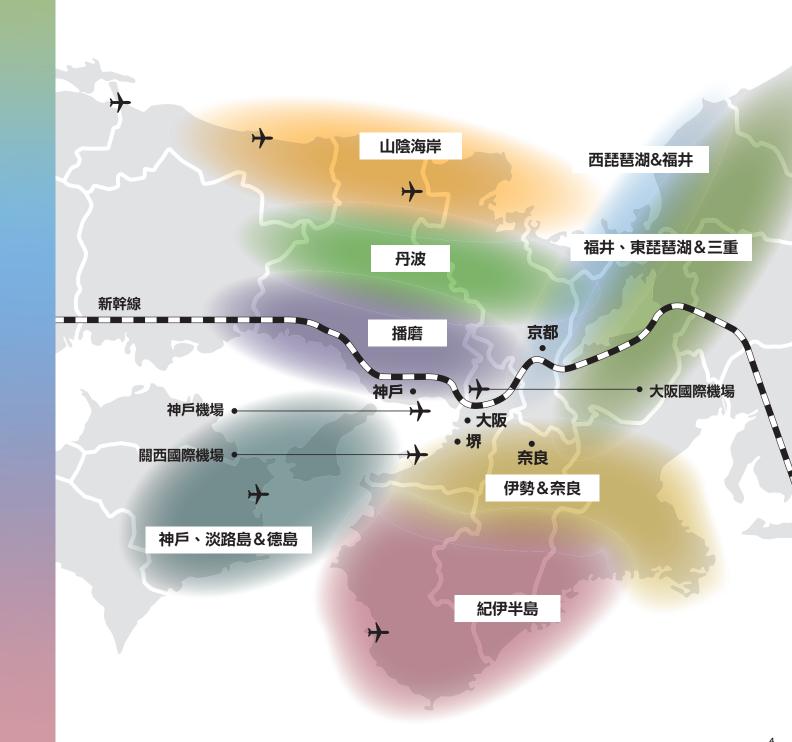
可藉由享受獨特體驗和美食,獲得前所未有的發現。

下面為大家介紹令人神往的8個魅力十足的旅遊勝地。



#### 目錄

- 5 紀伊半島
- 27 播磨
- 37 西琵琶湖&福井
- 47 福井、東琵琶湖&三重
- 57 神戶、淡路島&德島
- 67 山陰海岸
- 77 伊勢&奈良
- 87 丹波
- 97 心動關西旅遊地圖





# 高野和熊野 探索日本的心靈起源與強大而神秘的能量源頭 04 熊野那智大社

紀伊山地的靈場與參拜道以作為日本最大的靈修場所而聞名,此處可充分感受到人類與自然和諧相處的魅力。早在一千多年前,「熊野古道」就已是著名的巡禮之路而廣為人知。「熊野古道」是前往三大聖地巡禮的必經之地,在這裡可感受到日本精神的起源。朝聖目的地的熊野三山既是日本信仰的起源地,亦是神佛習合的發源地。石板路穿過數百年樹齡的杉樹林和竹林,通往「花窟」、「大門阪」等充滿神秘氣息的地點。在紀伊半島,可追尋曾經走過熊野古道朝聖者的足跡。朝聖者還能泡溫泉消除疲勞。這些源泉一直不斷發揮著美德淨化和神秘的力量。



#### 壇上伽藍 (高野山)



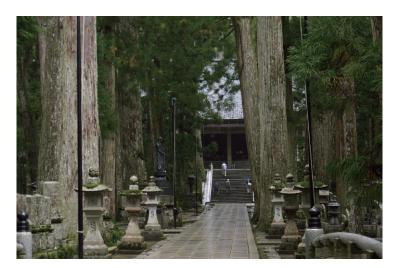
與奧之院並稱為高野山二大聖地的壇上伽藍,據說是弘法大師當初開創真言密宗時最早闢置的修行場所。院區內座落著根本大塔、金堂等19座建物。其中以外觀美麗的根本大塔為必訪景點,塔內供奉有十六大菩薩,請務必進入內部參觀。 https://www.koyasan.or.jp/en/zentop/

#### 金剛峯寺 (高野山)



由弘法大師所開基的日本佛教聖地。高野山的山區全體被統一稱作「金剛峯寺」,因此整座高野山均屬寺院管轄範圍。占地總坪數48,295坪的廣大腹地中,共座落有117間寺院,其中51間寺院作為宿坊使用,提供巡禮高野山的參拜者留宿。

https://www.koyasan.or.jp/en/zentop/



#### 奥之院(高野山)



高野山的聖地。於前往參拜的神道上羅列著織田信長及武田信玄、豊臣秀吉等戰國名將的墓碑。自「御廟橋」起再更深入的區域由於被視為聖域,嚴禁拍照攝影。在整肅儀容,禮拜致敬後方可渡橋進入。位於此地帶的燈籠堂中垂掛著 2 萬座以上的獻燈,其中甚至有被稱作「不滅之火」的古老燈籠,千年以來持續燃燒照明著。最深處座落的弘法大師御廟則是弘法大師的入定之所。大師入定後已歷經 1000 年以上,信衆們迄今仍一日二回備膳奉食弘法大師,亦開放訪客進入參觀。

https://www.koyasan.or.jp/en/zentop/



#### 熊野本宮大社

麗的木造社殿未使用

熊野本宮大社與周圍的森林融為一體。美麗的木造社殿未使用釘子,而是用木頭連接而成。根植於對自然的信仰,這裡是一個有著 2000 多年歷史的信仰聖地。位於從社殿步行 5 分鐘左右的舊社地大齋原,為眾神降臨之地,有一座巨大的鳥居。

http://www.hongutaisha.jp/english/





#### 熊野速玉大社

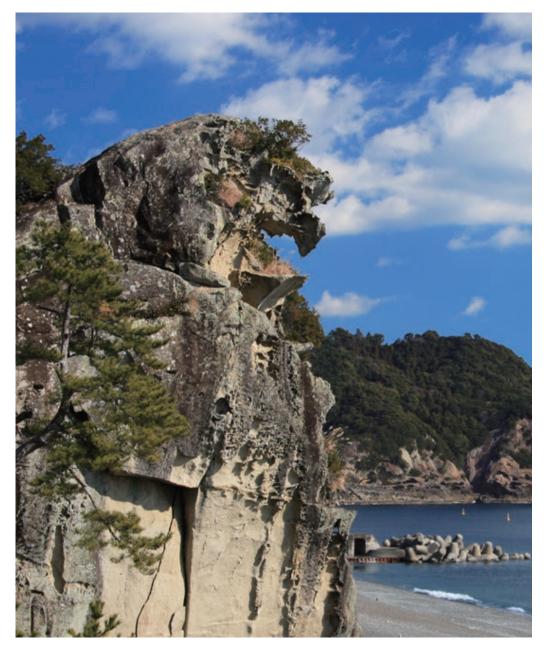
03

熊野速玉大社座落在熊野川河口的新宮市內。 這座已創建近 1900 年的神社擁有朱紅色的美麗社殿,御祭神為一對夫妻神。人們跨越萬般磨難歷經漫漫苦旅前來此處參拜、朝聖,自古以來便是遠近馳名的復活聖地。腹地內樹齡1000 年的神木古竹柏,永恆的守護著每一位參拜者。

https://kumanohayatama.jp/







#### 獅子岩



因其形似一頭巨獅朝向大海咆哮,而被稱為獅子岩。這是一塊 高 25 公尺的奇石,被指定為世界遺產和天然紀念物。作為井戶 川上游的大馬神社的狛犬,獅子岩亦深受大家敬愛。













到伊勢神宮參拜的伊勢詣,到熊野三山(熊野本宮大社、熊野速玉大社、熊野那智大社)參拜的熊野詣吸引了大批參拜客前來,古時甚至有「伊勢七度、熊野三度(參拜伊勢神宮七次,熊野三山三次,形容虔誠的信仰)的說法。

伊勢神宮供奉皇祖神天照大神,是被譽為「一生至少去 一次」的神社。一般認為熊野溫泉能夠治病,因此熊野 被視為「重生」的靈地。

伊勢與熊野以「熊野古道伊勢路」連結,許多人都曾踏上這條祈禱之路。熊野有相傳是日本最古老的神社,供奉掌管黃泉國度的女神伊奘冉尊。

另一方面,佛教認為觀音菩薩統管的淨土世界=補陀洛 位於南海,許多一心向南前往補陀洛的渡海船都是從 態野出發。

儘管信仰不同,但熊野被定位為「與異界相交的地帶」。 此次的旅程中,可以看到日本人「祈禱」的原始樣貌, 並體驗傳統工藝的尾鷲曲物、刀鍛冶、熊野音無紙(紙 漉)工房的參觀和製作,還能沉浸在南紀地質公園的雄 偉大自然中。

在這裡可以看到隨著板塊沒入海中而產生三種不同地 質,和在獨特景觀、溫暖潮溼的氣候下孕育出多種多樣 動植物,以及從其中衍生的熊野信仰的關連。



#### 伊勢神宮

01

擁有2000年歷史的伊勢神宮,是全日本8萬間神社中最大的聖域。神宮由內宮(供奉天照大御神的皇大神宮)、外宮(供奉豊受大御神的豊受大神宮)以及125座神社組成。在伊勢參拜蔚為流行的江戶時代(1603-1868),要跨越地區進出關所相當困難,大多只允許前往寺社參拜,尤其伊勢神宮更被認為是「一生至少去一次」的神社。古代樹木聳立的莊嚴氛圍,端坐其中的天照大神為皇祖神,至今在日本人心中仍深受敬愛。由於托伊勢諸神的福才得以出遊參拜,因此獲得廣大民眾信仰,因此前往伊勢神宮參拜也被稱為「蔭年參拜(每隔約六十年發生一次的狂熱參拜風潮)」。

https://www.isejingu.or.jp/en/ © Ise City Tourism Association



#### 厄除町&托福橫丁



有50多家店舖櫛比鱗次的小鎮。當地人們自古便誠擊款待前來伊勢神宮的 參拜者,這份心意至今仍傳承著。一邊走在充滿歷史風情的街道上,同時 享受鄉土料理或太鼓演奏等的樂趣吧。

https://okageyokocho.com/main/en\_okage/
© Ise City Tourism Association









#### 尾鷲曲物製作體驗 Nushi熊



1887年創立,製作自第一代創始人熊市先生傳承至今的傳統工藝品「尾鷲曲物(用檜木或杉木製成的容器)」。使用木紋細緻優美的尾鷲檜木製成,原本是山裡工作的人們常用的便當盒,而今製作曲物的只剩下 Nushi 熊一家。全面採用大自然素材製作,檜木和漆的抗菌、殺菌效果能讓食品維持在安心、安全的狀態。此外,藉由重複上漆可延長產品壽命,耐用百年,耐熱也是它的強項。完成後的曲物上漆之後再寄送給您。

https://kumanokodo-iseji.jp/en/feature/special-products/





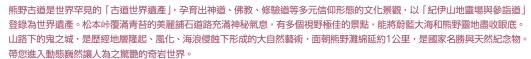
#### 刀鍛冶 千景



在熊野的深山窮谷中開設工房,向東紀州唯一持有刀匠資格的刀鍛冶,學習日本刀魅力的珍貴體驗。在這裡可以參觀用溶爐將砂鐵溶化以產出鐵,稱為「蹈鞴」的傳統技法,和製造日本刀的場所。另外還可以親手在刀刃上燒出美麗的「刃文(刀刃的花紋)」。用泥土描出刃文,放進火中燒後再放入水中冷卻的一連串作業,對於將日本刀視為美術品的人,或用武術角度來欣賞的人而言,都將是無可取代的經驗。



#### 熊野古道 松本峠



https://kumanokodo-iseji.jp/en/kumanokodo-iseji/root12/

#### 獅子岩&花之窟

06

伊邪那岐與伊奘冉尊是創造日本的夫妻神。伊奘冉尊生下火之神時被火燒死,成為掌管黃泉國度的女神。供奉伊奘冉尊,相傳是日本最古老神社的就是「花之窟」。窟神社裡沒有神殿,御神體是位於如巨大獅子朝著大海咆哮的奇石「獅子岩」附近,面朝熊野灘的巨石。據說具有重生、轉世的神德,每年2次的例行大祭會舉行將粗大繩索懸掛於岩窟與南角的松樹之間的「御綱掛神事」。

https://hananoiwaya.com/hananoiwaya/iwaya\_index.html









#### 紙漉體驗 熊野和紙體驗工房 Otonashi

07

該體驗中製作的紙稱為「音無紙」,是熊野本宮、本宮町製造的傳統和紙。原本是熊野知名御札「熊野牛王神符」使用的紙張。音無紙的主要原料是當地山林的原生植物,僅用大自然素材製作,據說千年後紙張仍能保持原樣。音無紙曾因為無人製作而一度失傳,後來於2009年再度復活。可以用日本花朵加以裝飾,創造出世上獨一無二的和紙。此外,熊野本宮可以用自己做好的和紙來蓋上御朱印。



#### 熊野本宮大社



熊野三山(熊野三大神社)的中心,是全國超過4700間熊野神社的總本宮,主祭神為家津美御子大神。熊野的神最初源於自然信仰,奈良到平安時代因神佛合一而成為佛教、密教、修驗道的聖地,平安時代以「通往淨土的入口」吸引許多皇族與貴族前來參拜。前往淨土參拜再回到原點代表著死與重生,因此又被稱為「重生聖地」,現今仍深受眾人信仰。在熊野到處都能看到3隻腳的烏鴉「八咫烏」,是當地特有的指引之神備受崇敬。

http://www.hongutaisha.jp/english/





#### 瀞峽遊船

80

辦峽是指定為國家特別名勝的大峽谷。能 夠乘著傳統日式小船,一邊聽著船頭的導 覽解說,一邊穿梭在優美的風景中。歡迎 前來欣賞斷崖、巨石、澄澈水面、壯麗群 山等太古至今的大自然之美。

https://kawabune.info



## The transport of the state of t

#### 熊野別邸 中之島



僅能搭專用船前往的海上隱世度假飯店。在迴盪著海浪聲的露天浴池放鬆過後,享用使用在地當季食材製成的會席料理。歡迎來享受遠離日常的特別時刻。

https://kb-nakanoshima.jp/en/

Special

#### 補陀洛山寺(秘佛・繪解)



補陀洛山寺是僧侶們前往佛和菩薩居住的「補陀洛淨土」的 出發地。據說僧侶們曾搭乘過的「渡海船」經修復後展示於此。 御本尊干手觀音被指定為國家重要文化財,通常一年僅開放 3次,只有參加參觀行程時才得以一窺尊容。寺內有現場解 說描繪熊野那智大社及其周邊的那智參詣曼荼羅圖的繪解。 能夠體驗尼僧們在日本各地傳播熊野信仰時,如何將那智視 為神聖場所來介紹。

https://seigantoji.or.jp/fudarakusanji/







#### 大門坂



隨處可見美麗的舖石道路、覆滿青苔的石階,樹齡超過800年的老杉樹等景象的大門坂,是熊野古道中古老氣息最為濃厚的場所。大門坂茶屋提供平安服裝租賃與著裝服務,能以古裝扮相在街頭散步。

#### 那智山青岸渡寺



認定為日本遺產的天台宗寺院。參拜33尊觀音菩薩像的西國三十三所觀音巡禮的一號札所。仁德天皇時代(313~399),從印度來到那智的裸形上人在那智瀑布感應到觀世音菩薩,便在現址建造佛庵,成為該寺的起源。明治新政府下令執行嚴格的神佛分離之前,該寺與附近的熊野那智大社合併為一。此處可以看到以那智瀑布為中心的神佛合一的遺跡,因此成為熊野信仰的中心之地深受民眾崇敬。https://seigantoji.or.jp

#### 熊野那智大社・那智瀑布



主祭神熊野夫須美大神,是相傳創造日本的女神伊奘冉尊,為農林水產及漁業的守護神,備受崇敬。也因為神名而有「結宮」的別稱,不僅能連結人與人的緣份,也是能串連諸多心願的神社而廣受民眾信仰。熊野那智大社源自於將那智瀑布視為神體的自然信仰。那智瀑布落差133公尺,瀑布底部水深達10公尺,是日本三大知名瀑布之一。相傳瀑布底部潛藏著長生不老的仙藥,自古那智瀑布的水便以延命長壽水聞名,現今仍有許多民眾為取水而前來參拜。

https://kumanonachitaisha.or.jp







#### 南紀熊野地質公園 / 南紀熊野地質公園中心

南紀熊野地質公園裡可以看到隨著板塊沒入海中而產生三種不同地質。在獨特 景觀、溫暖潮溼的氣候下孕育出多種多樣動植物,以及源於其中的熊野信仰等 是一個能夠體感眾多自然與文化的地方。此外,南紀熊野地質公園中心裡,透過 投影技術將火山噴發等震撼力十足的影像投射在紀伊半島的大型立體模型上, 和重現大地形成過程的體驗裝置等,能夠輕鬆愉快的學習南紀熊野這塊土地的 歷史與奇妙的大自然。

https://nankikumanogeo.jp/eng/





#### 圓月島

正式名稱為「高嶋」,因為島中央有一個 圓月形的海蝕洞,而被人們暱稱為「圓 格外美麗。

©Wakayama Tourism Federation



千疊敷

這些巨型岩石在距今約1800萬年前到 1500萬年前,在海浪經年累月的侵蝕下 月島」。圓月島上西下的夕陽獲選為「和 形成。朝蔚藍大海突出的岩石被海浪衝 歌山縣夕陽百選」,日落的夕陽景色顯得擊拍打的壯闊場景,和渲染成橘紅色的熊野水軍在此藏匿船隻的傳說。 夕陽之美,都是令人讚嘆的絕景。

©Wakavama Tourism Federation



高聳於千疊敷南側海岸,高約50公尺的 斷崖。黑潮猛烈沖刷岩石表面的壯闊景象 令人震撼。崖下的洞窟還留有源平合戰時,

©Wakayama Tourism Federation



#### 海上獨木舟

在能遼望指定為國家名勝天然紀念物的「橋杭 岩」的最佳地段,暢玩海上活動最熱門的海上 獨木舟。海上獨木舟的設計較不易受海浪、海 風和海潮影響,因此無論大人小孩在聽完解說 之後都能開心的玩。體驗過海上獨木舟後,可 以嘗試浮潛(夏季)或在岸邊遊玩。除了海上 獨木舟外,也可以體驗站在沖浪板上,一邊划 著單槳一邊在海面上移動的SUP。







25





#### 姬路城

姬路城的城牆塗著白色灰泥,非常美麗,因此也被稱為白鷺城。和奈良的法隆寺一樣,同為日本首次登錄於聯合國教科文組織的世界遺產。現在的天守建於17世紀初,是日本僅存的12座城(天守)之一。豐臣秀吉、池田輝政等著名武將都曾擔任此城的城主。在城堡周圍,充滿風情的街道將當時的武家文化傳承至今。

#### 男山配水池公園

為位於姬路城西北方的公園。在這裡可以同時眺望姬路城的大天守、西小天守、乾小天守、東小 天守。抵達公園前需攀登 198 階的台階。為深受當地人喜愛,鮮為人知的絕景景點。

到了晚上,可以欣賞點燈後的姬路城美景。還 可從台階附近俯瞰姬路的街燈夜景。





#### 明珍本舖

明珍火箸是由曾擔任姬路藩主等的盔甲師,明 珍家製作的傳統工藝品。火箸運用了代代相傳 的盔甲製作技藝,用來製作能彈奏出神秘優美 音色的風鈴。

©MYOCHIN HONPO

#### 書寫山圓教寺



http://www.shosha.or.jp/\_en/

可體驗坐禪、抄經等各種修行。有需時 1 小時左右或 2 日修行體驗等可供選擇。









#### 桔梗隼光鍛刀場

為將日本刀製作技藝傳承至今的刀匠・ 桔梗隼光氏的工 房。在這裡可以參觀正宗的日本刀製作過程,將加熱到 800 度的鋼敲打伸展的工程,火花四濺,震撼人心。若

想嘗試還可用大錘敲擊鋼鐵。一手握上磨製精美的日本 刀,相信必能被日本人長久以來珍惜的精神所感動。

可體驗正宗的小刀製作。還可把製作好的小刀裝入皮 製刀盒內帶回家。

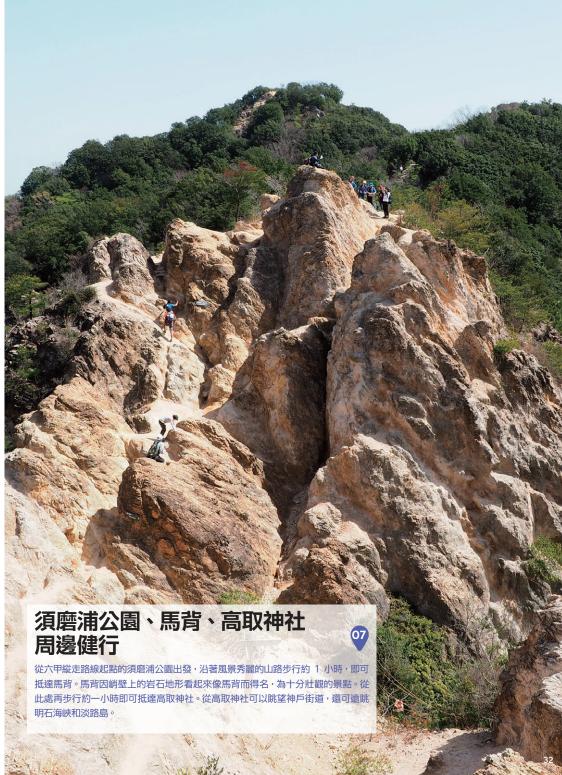


#### 龍野&赤穗城下町漫步

龍野是一座以懷舊氣息馳名的城下町,街道上古老的商 家和醬油釀造廠等櫛比林立,自古作為薄口醬油的發祥

地一路沿承發展而來。在赤穗過去曾有一座城堡,現在 仍可看到石牆等遺跡。







#### 灘五鄉酒造

灘五鄉是日本屈指可數的日本酒產地。自傳統日本釀酒盛行的時代開始,這裡就被列為日本三大著名釀造地之一。 為日本酒釀造必備的「水」、「米」及「技術」一應俱全的稀有場所。5個區域內有許多酒廠,釀造了「菊正宗」、「白 鶴」、「大關」、「日本盛」等日本人熟知的日本酒品牌。

部分酒廠會舉辦日本酒販售及資料展示等活動。亦有 可供參觀和試飲的酒廠。

http://www.nadagogo.ne.jp.e.agg.hp.transer.com/



#### 從新神戶健行前往 神戶布引香草園

對初學者來說是很好走的健行路線,而大受歡迎。從車站步行約 10 分鐘即可到達布引瀑布。在此可欣賞四大瀑布交織的美麗景色。 神戶布引香草園有約 200 種 75,000 株的花卉和香草,為日本最 大規模的香草園之一。可以在庭園的吊床上一邊搖晃,一邊俯瞰神 戶的街景。

https://www.kobeherb.com/en/

在香草團行程中,將為遊客介紹如何使用新鮮的香草。還有使 用檸檬和香料製作香球的免費現場表演。









#### 參觀竹中木工工具館



為日本唯一專門展示木工工具的博物館。展出約 1000 種不同的木工工具。在挑高的空間中有唐招提寺金堂的模型·及可見識數寄屋細膩工藝的茶室構造模型等展示。有影片、語音導覽、木材香氛等震撼五感的充實展示內容。遊客能親身感受日本傳統工匠的眾多工藝作品。

https://www.dougukan.jp/?lang=en

」遊客可在專業木工的引導下,使用刨刀體驗削木。並可觀摩古代刨刀、槍刨刀的現場 實演。(需事先洽詢)



3



#### 神戶六甲山系 健行



靠近大阪和神戶市區的六甲山是一個備受歡 迎的健行勝地。有電車和公車等交通非常便 利,能輕鬆到達目的地。路標設置齊全,有許 多即使是新手也可輕鬆攀登的路線。從六甲 山的山頂,可以俯瞰神戶和大阪的街景,甚至 還能將瀨戶內海一覽無遺。

除了摩耶山的掬星台、六甲纜車山上站的 天覽台等觀景景點外,登山途中也有其他



#### 有馬溫泉



有馬溫泉被謂為日本最古老的溫泉。在記述 日本創世紀的日本書紀中,保留著諸神發現溫 泉的記載。這裡有7處溫泉水源,街道上總是 爾漫著熱氣。自古以來,作為關西地區的溫泉 療癒勝地深受人們喜愛,有許多歷史悠久的 溫泉旅館。亦有眾多公共溫泉和免費的足湯 設施。

> 因為離六甲山很近,所以很多人在爬山或 健行後會來此歇息。用「金湯」泡腳緩解 疲勞。





#### 琵琶湖



琵琶湖為約 440 萬年前形成的古代湖泊,是日本面積最大的湖泊。擁有豐富的水產資源,發展了獨特的捕魚方法和飲食文化。周邊地區建有許多歷史悠久的神社和寺院。有著自古以來被寫入和歌吟詠的優美風景,至今仍令人神往。

望 這裡有設施完備的海灘和散步道。另外,湖水浴、湖上運 動、釣鱸魚等休閒活動也很盛行。





#### 琵琶湖遊覽船



可悠閒周遊琵琶湖,一邊欣賞湖泊全景的遊覽船十分受到歡迎。由高島、長濱、彥根的港口起航,可前往有神棲之島之稱的「竹生島」。而若由大津港出發,亦可選擇搭乘可船內飲食的遊覽船。



#### 瀬田唐橋



自日本的東部前往京都,若非橫渡琵琶湖或從北側 繞道而行,穿越由琵琶湖水域延伸出的瀬田川乃必 經路程。迄至 1889 年止架設於瀬田川上的唯一橋 樑唐橋,為交通要衝,也是京都地理防衛上的重要 據點,是自往昔以來歷盡過無數戰亂的橋樑。

39





#### 蓬萊山健行

蓬萊山位處琵琶湖西側雄偉聳立的比良山地群峰當中,為 「日本三百名山」之一。蓬萊山屬琵琶湖國定公園的指定區 域,由山頂俯瞰的視野超群,是遠眺琵琶湖的絕佳地點。

此處設置有完備的登山步道,遊客可輕鬆地享受健行樂趣。 下山時亦有纜車可供搭乘。位於山頂一帶的「琵琶湖山谷」 等景點則同時作為避暑勝地而馳名。



#### 比叡山延曆寺

延曆寺是 1200 多年前由最澄大師創建的天台宗總本山。 位於日本佛教中首屈一指的聖地比叡山上。比叡山一帶 分佈著歷史悠久的寺院,統稱為比叡山延曆寺。1994年 登錄於聯合國教科文組織世界遺產中。四季自然風光優 美,秋天的紅葉將寺院內染得通紅,令人歎為觀止。此外,

https://www.hieizan.or.jp/

還可於此西眺京都,東望琵琶湖。

於森林深處寺院內的坐禪和抄經體驗。可以安靜地審 視自己,獲得各種各樣的領悟。(需事先洽詢)





#### 針江

針江為比良山的地下水在住家內湧出的罕見地區。 湧出的水使用於料理和飲用,融入了當地人的日常 生活中。以泉水為中心的城鎮景觀充滿了一股懷舊 氣息。

在導遊帶領下參觀泉水小鎮的徒步旅程。上午 和下午共 2 次,每次約一小時的悠閒散步路程。 (需預約)

http://harie-syozu.jp/







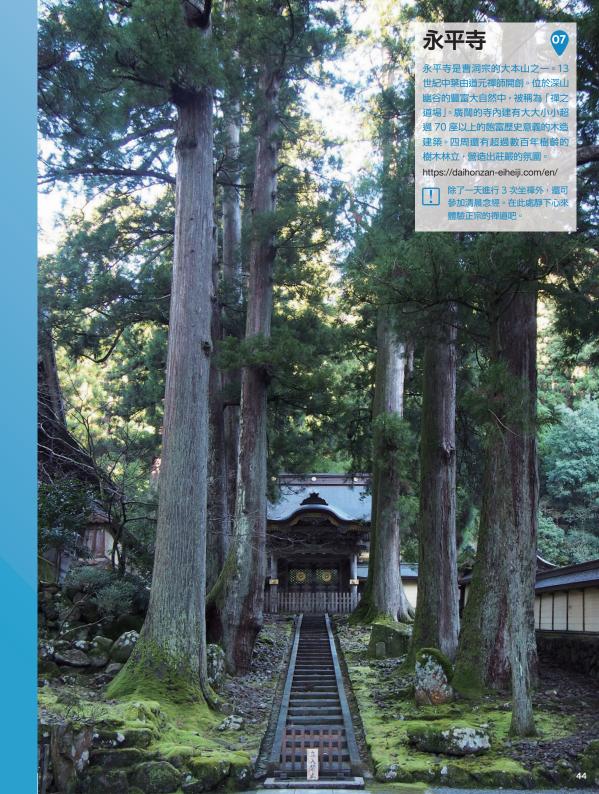




#### 若狹鯖街道熊川宿街道漫步

連接臨海的若狹和京都的街道被稱為鯖街道。 自古以來,鯖魚等海產品即被運往京都。熊川 可以瞭解鯖街道歷史的資料館和可享受美食及 宿是鯖街道的重要驛站。町內有善用崗哨和傳

統住宅結構的住宿設施、美術館等。附近還有 購物樂趣的道路休息站等。







#### 吉峰寺~ 永平寺山道徒步

昔日道元禪師往來於吉峰寺與永平寺間所使用的山間步道。這條為木叢所蓊鬱圍繞未經鋪裝的古山道,全長約7.5km,約4小時半的徒歩路程,一步一履均宛若重現著舊時的信仰之心,可於斯深度感受心靈充足的沉靜時光。















#### 七里渡口遺跡・蟠龍櫓 🔮



桑名因於江戶時代作為日本東西交通重要幹道「東海道」的 第 42 號驛站而繁榮起來。七里渡口是東海道當中的海上航 路,因總長度為七英里 (27.5km) 而得此命名。昔日此處 作為監視航行船隻的瞭望塔(櫓),現存的建物就是根據當 時的外觀、大小進行原貌復原的。



#### 關宿



此地留存著自江戶時代後期至明治時代所建造的超過 200 多戶商家,至今仍完整保有著當時的時代氛圍。故 也被劃定作日本國家重要傳統建築群保護地區,並獲選 為「日本道路百選」之一,看點滿載。作為熱門拍照景點 亦頗富人氣。

#### 伊賀上野城



這座城堡四周為高度達約30公尺的石牆所圍繞,於日本的古城池當中以 數一數二的高度著稱。城郭的白色外觀與四季的風景構成鮮明對比,相 當吸睛。於以三層構造築成的城堡之內,展示有武器、盔甲等提供參觀。

http://igaueno-castle.jp/?page\_id=196



#### 伊賀流忍者博物館



從三重縣伊賀市到滋賀縣甲賀市的山岳地帶,自古以來即為忍者的發祥地而聞名。忍 者與山岳信仰關係密切,在武士時代作為潛入敵人內部的密探而大顯身手。博物館內 可參觀設有翻轉台、隱藏樓梯、機關門等秘密機關的忍者宅邸。

https://www.iganinja.jp/?page\_id=837

可欣賞由真正的忍者進行震撼人心的忍術 表演。另外,還可體驗用正宗手裏劍瞄準 靶子的手裏劍射擊活動。(需付費)

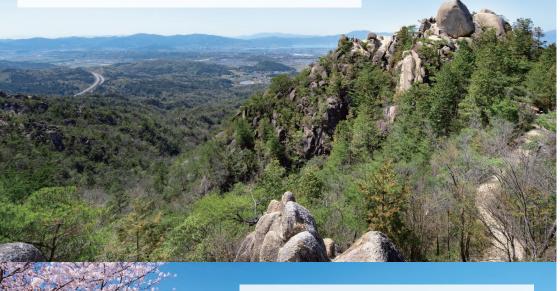




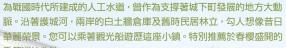
#### 金勝山健行

穿越海拔 605m 高的龍王山山頂的低山健走路線。於為綠意所包擁的此路線上,除瀑布和群木等天然景觀,還有耳岩及天狗岩等由大自然所創造出的珍稀奇岩,特別是由天狗岩上所遠眺的景致壯美絕倫。途中,可目睹於佛教文化中擔負重要角色的寺院,以及以天然岩石雕刻而成的石佛。

https://www.ritto-kanko.com/konzeyama/













#### 彥根城



彦根城是日本現存的 12 座城堡 (天守) 之一,於 1622 年竣工。在建有城堡的彦根山頂上,有一尊乘坐金龜的觀音像,因此又名「金龜城」。城內除了國寶天守之外,還有天秤櫓和太鼓門櫓等重要文化遺產。櫻花、新綠、紅葉、雪景等四季景色也不容錯過。

https://visit-omi.com/poi/article/hikone-castle/

#### 安土城遺跡



由名將織田信長所建造的作為當時政治根據地的城池遺址。織田信長雖於平定天下的咫尺之前 遺恨殞落,但這座本城的構築被謂作集方時日本最精湛技術與藝術精華之大成。現今建物的主 體雖已消失,但昔日的石階遺跡仍殘存於斯。由山頂的天守閣座落之地俯瞰,可遠眺琵琶湖之 內湖和西湖。



原創的和紙製作很受歡迎。用名為「桁」的工具把紙料舀出來,再將壓花或染料塗上晾乾後即可完成。



的市占率。其中,作為手抄和紙之鄉而聞名的 五箇地區有許多和紙業者。在從該地區徒步約 15 分鐘可抵達的越前和紙之鄉,除了有可認識 越前和紙歷史和特徵的「紙文化博物館」之外, 還有可參觀工匠製作和紙的「卯立工藝館」以 及可體驗和紙製作的「紙莎草館」。



可選擇鏡框材質,進行雕刻和銼削等,製作專屬於自己眼鏡的體驗教室十分受歡迎。

#### 越前和紙之鄉

越前市為高級手抄和紙的產地,擁有日本第一

https://www.echizenwashi.jp/english/

#### 柄與繪 etoe



可體驗越前市傳統工藝品的設施。能在此深入 認識越前打刃物的刀柄及越前漆器裝飾技術的 蒔繪。尚可在畫廊和商店購買菜刀和漆飾品。 還會定期與龍泉刃物和 Takefu Knife Village 合作舉辦聯合研討會。(不定期)

https://etoe2020.com/en/



可於此體驗用塗料把底圖塗成金色的「彩繪」和塗上漆後擦乾的「擦漆」等活動。

#### 可於此學習日本眼鏡歷史的博物館。日本國內

生產九成以上的眼鏡皆在福井鯖江製造。博物 館內有製作現場情景的展示和約 100 年間的眼 鏡形狀變遷介紹。另外,還有製作眼鏡的教室 和體驗區,以及僅銷售高品質日本產眼鏡的商

https://www.megane.gr.jp/museum/

#### 漆之里會館



越前漆器擁有1500多年歷史,被指定為日本傳 統工藝品。其特點是漆器的光澤穩重,色澤深 沉。自古以來使用於婚禮和慶祝活動中,深受 日本人的喜愛。在漆之里會館,除了能參觀漆 器歷史和製作工程之外,還販賣著有1000多件 的漆器。

https://www.echizen.or.jp/

53



#### 一乘谷健行

曾在室町時代繁華一時,素有「北陸小京都」之稱的城鎮 遺跡。因當時統治該地區的朝倉氏與織田信長間的戰爭而 遭毀滅,之後被挖掘出被指定為國家特別史跡。可在此參 觀朝倉氏宅邸遺跡、石造庭園及一窺過去武士和城鎮居民 生活的街景等。巡遊於連綿不絕、優美恬靜的山間,可感受彷彿回到古老時光般的體驗。

http://fukuisan.jp/en/asakura/index.html



#### 一乘谷朝倉氏遺跡博物館

戰國名主朝倉氏的權力與榮華、領銜於時代最前沿的都市 風姿、市井下的居民諸眾,以及戰爭與廢墟,關於戰國時 代越前與一乘谷的真實形貌,通過各式表現手法,於這座 博物館均可被再現目睹和親身體感。亦可近距離觀覽於當 時博物館營造之際被發掘的鋪石遺跡。

https://asakura-museum.pref.fukui.lg.jp/en/











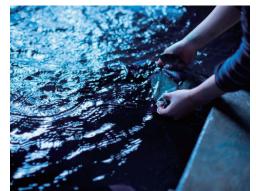






為保存及傳承已有 400 多年歷史的阿波舞設施。在 這裡·遊客一年四季皆可欣賞阿波舞的表演。除了 觀賞阿波舞以外,還可上台與舞者共舞。尚有可學 習阿波舞歷史的博物館,及購買伴手禮的地方。還 有可登向眉山的纜車站。

https://awaodori-kaikan.jp/en/



#### 藍染體驗

對日本人來說,藍染的藍色是一種特別的顏色,且以「JAPAN BLUE」而聞名世界。德島是優質蓼藍的產地,且為製作藍染料「SUKUMO」的發源地,過去為了在全日本推行普及染成藍色的「藍染」,德島的藍師和染師扮演了重要的角色,並將該傳統一直傳承至今。遊客可使用正宗的阿波藍,體驗傳統藍染技藝。

http://www.indigo-dyeing.sakura.ne.jp/ https://www.entwo.com/



#### 德島淨琉璃遊覽船

「阿波人形淨琉璃」據說是因吉野川肥沃土壤孕育出優質蓼藍帶來 巨大財富而有所發展。搭乘小型遊覽船穿過德島市中心的美麗水 道,渡過吉野川,前往阿波十郎兵衛宅邸。在欣賞人形淨琉璃後, 可品嚐使用德島食材烹調的午餐。

https://www.east-tokushima.jp/feature/detail.php?id=10





#### 漩渦觀潮船



鳴門漩渦是世界最大漩渦之一。春秋季 大潮時直徑高達 20 公尺。遊客可以搭 乘漩渦觀潮船,靠近出現漩渦的地方。 漩渦就在眼前旋轉,震撼力十足。有具 安定性不會太搖晃的大型船和可透過水 中窗口觀察漩渦的小型船(需預約)可

https://www.uzusio.com/en/



#### 大塚國際美術館



此美術館將 26 國的博物館收藏約 1000 件的西洋名畫,在陶板上重現其實際尺寸後進行展示。為置身日本便能欣賞世界名畫的美術館。在約 4 公里的觀賞路線上,展示著達文西、莫內、梵谷等人的作品。其中,米開朗基羅的西斯汀禮拜堂天花板畫和壁畫,以及畢卡索的格爾尼卡令人歎為觀止。

https://o-museum.or.jp/en/publics/index/



#### 洲本市立 淡路文化史料館



介紹淡路島由古代至近現代的歷史和文化的史料館。1 樓設有介紹淡路歷史的「歷史展示室」和介紹恐龍、化石、山車等的「大展示室」。2樓設有介紹民具、農具、漁具的「民族展示室」和「美術展示室」。3樓是南畫家直原玉青的紀念美術館。

https://awajishimamuseum.com/

61

#### 健行前往洲本城跡



洲本城跡是日本西部最大規模的遺址。東西長約800公尺,加上下方的城堡,南北長約600公尺。完整保存了名為「登石垣」的罕見石牆遺跡。從天守台眺望城下的街道、大濱的松原、大阪灣等盡收眼底。此美麗景觀被列為洲本八景之一。https://www.city.sumoto.lg.jp/site/360panorama/7841.html



#### 上勝町零廢棄中心



上勝町藉由町民一人一力為垃圾減量所付諸的努力,實現了 全町資源回收率 80%以上的出色成果。上勝町零廢棄中心 是町民進行自主垃圾分類實踐零廢棄行動的據點。中心內亦 設有共享辦公空間、住宿區域,提供欲見習零廢棄理念的參 訪者進行交流體驗。

https://why-kamikatsu.jp/en/



#### 上勝茅屋學校



以在地居民用自家的手法翻新而成的茅草家屋為據點,在此可進行農事體驗並自己生火炊食。各式特色體驗均由在地居民們親身指導。在與當地住民的交流當中,可深刻體感日本古風的生活樣式。

https://kayabukischool.localinfo.jp







#### 加太町鄉間漫步



保留著懷舊氛圍的加太町。在此,可品味日本港口小鎮 的經典風情。於由車站步行至港邊的約20分鐘路程當 中,神社、寺院、商店、住宅櫛比鱗次,可充分感受鄉間 生活的氣息。此地的飯店、旅館眾多,亦是住宿過夜的 理想區域。



#### 友島周邊探險遊艇



友島是座落於加太町濱邊海域上的一座小島。因昔日作為軍事要塞,至今仍保留有過去的砲台遺跡。由於此特色的景致恍若動畫世界中的場景,使該地成為熱門的拍照景點。搭乘高速運行的觀光快艇,能歡暢享受海風並感受島嶼的自然與歷史風情。



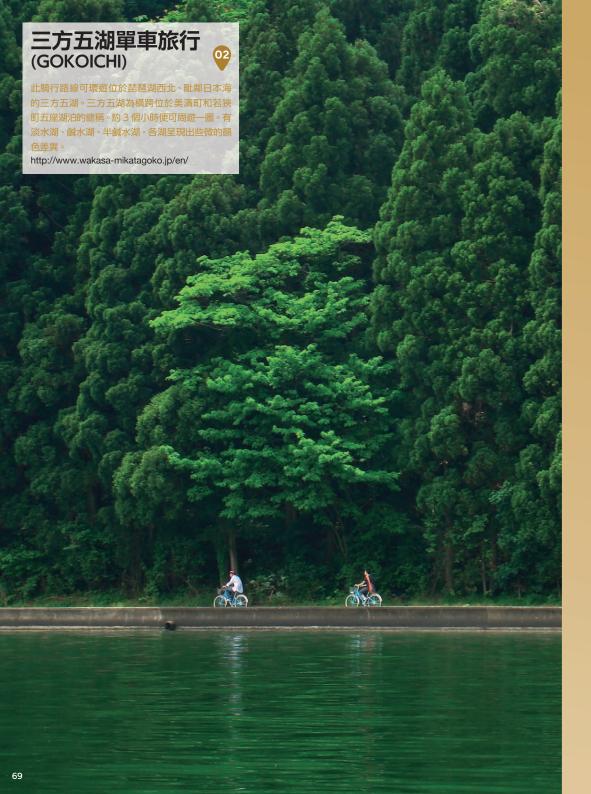




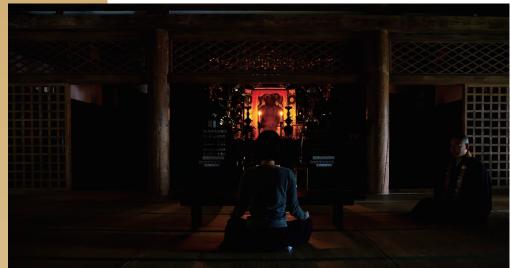












#### 於國寶明通寺冥想與早膳



可住宿一晚,附早餐、冥想體驗、八道素食晚餐套餐。位於松永集落的明通寺是一座被指定 為國寶的古寺。可入住集落內的「松永六威 藤屋」,清晨在明通寺體驗阿字觀冥想。為可淨化 身體、端正姿勢、調整呼吸、慢慢審視自己內心的時光。冥想結束後,尚可品嚐傳統早餐粥和 素食便當。

https://www.tenawan.ne.jp/lodgment/rec/007/611/pcpl.asp



# 小濱魚市競價觀摩



小濱是飽富海洋恩惠的若狹灣之代表港口。小濱漁港作為當地的主要漁獲集散 地。清晨,出海捕魚的漁船返回港口,將捕獲的漁獲羅列於市場上開始進行競 價。越前蟹和甘鯛等種類多樣的魚貨依隨季節紛陳於魚市場中。在此可觀摩眼 光精準的行家們魄力滿點的漁獲競標風景。



# 小濱單車旅行



小濱為鯖街道的起點城鎮。將在港口捕獲的鯖魚等海產品,藉由整備完善的道路運至京都和大阪。從小濱站往港口方向前行,有可購買新鮮海產的魚市場。還可搭乘遊覽船在灣內巡遊。位於小濱站西方的小鎮仍保留著約 150 年前的風景,有古寺、古老的料亭及雅緻的咖啡廳等。

https://www.wakasa-obama.jp/modelroute/cycling/



# 若狹漁人碼頭



蘇洞門觀光遊覽船。在約 60 分鐘的行程中,可 欣賞日本海的驚濤駭浪拍打形成的震撼景觀。享 受由長達 6 公里的懸崖美景及奇岩洞門交織而成 的歷史浪漫之旅。在欣賞洶湧波浪創造出大海藝 術的同時,盡情享受乘船樂趣。

https://www.wakasa-fishermans.com/en



# 加福漆器店



「若狹塗」以通過多層塗漆後再進行研磨的特色「磨光」工法作為標誌。 先以上等的漆料反覆施行十多回的重重塗敷,再用貝殼、蛋殼、金箔繪 製紋飾,最後透過磨石及炭進行研磨,全數工程歷時數月之久,展現獨 特的厚重感和風格。於加福漆器店內陳列有各式各樣的若狹塗漆器作 品,可再此選購傳統若狹塗製品。

http://kabukusikki.sakura.ne.jp

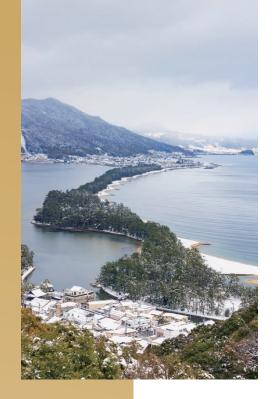


# 御食國若狹小濱飲食文化館 (烹飪體驗·磨筷體驗)



若狹地區因昔日作為提供朝廷食材的產地,享譽「御食國」之盛名,至今仍是美食的寶庫。於此設施內,可體驗在地的飲食相關文化。除學習和食的歷史和傳統文化外,亦能參與烹飪體驗及工藝品製作體驗等各式工作坊。於磨筷工作坊中,可通過砂紙磨製多層塗漆的塗筷,製作出屬於自己的筷子。

http://www1.city.obama.fukui.jp/obm/mermaid/en/





# 天橋立/成相寺路線





從天橋立北岸搭乘纜車至笠松公園約需4分鐘。從該處再走 20分鐘左右的山路,即可抵達成相寺。成相寺是創建於704年 的古寺廟。本尊為觀世音菩薩,以作為實現人們願望的「替身觀 音」而聞名。在境內附近有全景展望台,可將天橋立盡收眼底。 https://www.nariaiji.jp/

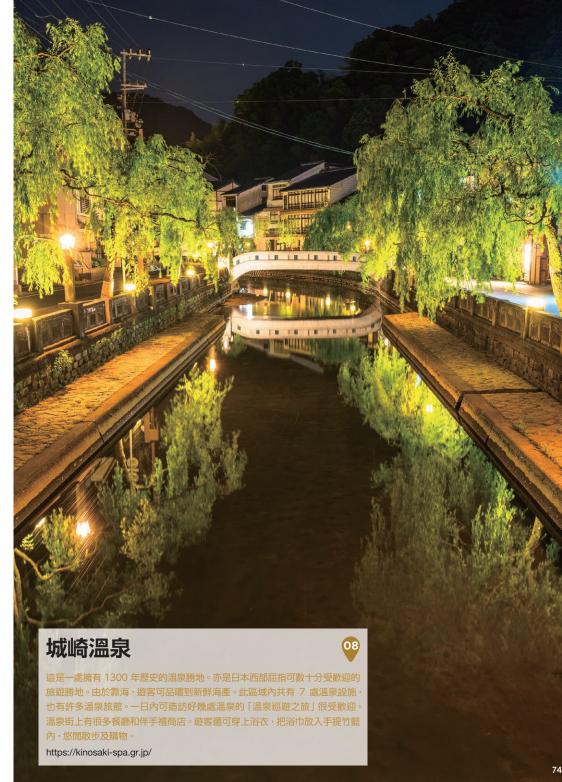


# 元伊勢內宮皇大神社健行



被稱為元伊勢三社的神社之一。創建時間相傳可追溯至西元前。神社內供奉的是天照皇大神。 境內有樹齡超過千年的巨大杉樹,周圍遍布著茂密森林。神社附近有一處遙拜所,可眺望傳說 神明曾降臨過的日室岳,並在此處感受日本信仰之心的原點。

http://motoise-naiku.com/



# 山陰海岸聯合國教科文 組織世界地質公園

本地質公園從京丹後市的東端到鳥取市的西端,東西長約 120公里。在這裡可以觀察到因海面變動和地殼運動而形成的溺灣海岸,和沙丘等豐富多彩的海岸地形。各個區域內均設有散步路線。還有能從海上眺望奇形巨石的遊船和開車兜風路線。可盡情享受震撼人心的大自然景色。

https://geopark.sakura.ne.jp/en/













76







# 法隆寺



法隆寺作為將飛鳥時代的姿態傳至今日的現存世界最古木造建築物而聞名。法隆寺作為聖德太子創建的寺院,至今仍炫耀著其長達1400年的輝煌傳統。僅被指定為國寶、重要文化財的文物就有約190種,件數達3000餘件。特別是1993年12月,在日本首次被登錄為聯合國教科文組織世界文化遺產,作為世界性的佛教文化寶庫備受關注。

http://www.horyuji.or.jp/en/

©飛鳥園



# 吉田寺(御朱印帳製作體驗)



御朱印作為參拜神社或寺院後的「參拜憑證」,可謂「與神佛結緣的紀錄」。於吉田寺中,可親手製作個人專屬的原 創御朱印帳。自行選擇喜歡的和紙樣式後,將手帳的封面與封底接合裝訂成冊,全數的製作程序均由住持親身指 導。於本殿內,還給予訪客自行敲打木魚參拜阿彌陀佛的時間。

http://kichidenji.com



# 信貴山朝護孫子寺



創建於西元 587 年,特別備受武士階級所崇信的寺院。此寺位處海拔 437m 高的信貴山山腰,本尊毘沙門天王素來作為開運招福的象徵之神,至今仍深受民間所信仰。距今約 1400 年前,聖德太子為祈求勝戰參訪此山之時,恭達毘沙門天王降臨現身傳授必勝秘訣。由於當時毘沙門天王現身之際恰值寅(虎)年、寅日、寅時之故,院內座落有許多虎形紀念碑。

https://www.sigisan.or.jp/en/



# 玉藏院



座落於信貴山中,是處同時設置有祈禱 堂和宿坊的寺院。每日清晨例行性地執 行祈禱,亦提供訪客列席參拜。另也針 對參訪者需求提供一日方案、宿坊夜宿 等個別化修行體驗,訪客可透過參訪於 此進行心靈療癒或祈願、精神修煉。修 行內容包含冥想、讀經、抄經等各式課 程,每日配合既定時間表常態舉行。

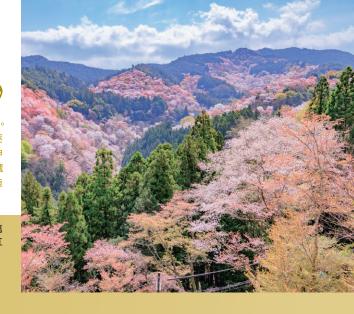
https://gyokuzo.com/en/



# 吉野山

吉野山的象徵金峰山寺,是修驗道的總本山。 修驗道由役小角創立於 7 世紀下半葉,其後逐 漸發展成為將日本自古以來的山嶽信仰和神 道、佛教、道教融為一體的獨特宗教。主殿藏 王堂是僅次於東大寺大佛殿的日本第二大木造

一到春天,作為信仰證明而種植的約 3 萬 株櫻花競相盛放。還有夏天新綠、秋天紅 葉、冬天雪景,四季風光美不勝收。



# 橿原神宮

橿原神宮所在的地點為昔日神武天皇作為日本建國的初代天皇即位時的登基處所。巡禮為大自然所擁抱的廣大院區,能瞬時令人心靈 沉靜。其中的畝傍山更被謂作「大和三山」之一,為國之名勝。參拜的神道銜接著登山步道,約 30 分鐘的步程可抵達海拔 199.2m 高 的山頂。

https://kashiharajingu.or.jp



# 明日香村單車之旅

乘著單車,巡遊被謂作日本古代的首都 的飛鳥。彷彿證言著飛鳥曾作為推動日 本獨特的文明化歷程之 7 世紀的中心都 市,村落中座落有諸多古墳、遺跡、寺院、 神社等。騎乘著自行車巡訪被介紹為「日 本人的心靈故鄉」的此地,追隨著清風, 感受日本的淵遠生命與鮮活氣息。





# 金峯山寺



https://www.kinpusen.or.jp/english/

# 吉水神社

老信仰的生生不息。



神社內座落有一幢被謂作日式住宅樣式之原型的「書 院造」建築。這棟曾為輝映青史的武士和天皇們所使 用的書院已受登錄為世界遺產。於此開放參觀的書院 空間中,可觀摩富歷史價值的珍貴建築樣式和家飾用 品。由神社內眺望傍鄰的吉野山,山陵上種類達 200 種、為數約 3 萬株的櫻花樹覆蓋整座山嶺。櫻 樹於修驗道中被視為神木尊崇保護,在此,可親眼見 證古今信眾持續植樹而來的淵遠歷史厚積。

https://www.yoshimizu-shrine.com



# 伊勢神宮

約有 2000 年歷史的伊勢神宮,由五十鈴川畔的皇大神宮 (內宮)、豐受大神宮 (外宮)及其他各種大小的 125 座神社構成。皇大神宮內供奉著皇室的祖先天照大御神,深受眾多日本人的尊敬和崇拜。境內有一片原始森林,巨樹林立的參道充滿了神聖氣息。

https://www.isejingu.or.jp/en/

↑ 內宮、外宮均是早上 5 點開門。清晨參拜的人較少,境內十分安靜,鳥鳴聲和踩在碎石子上的聲音讓人心曠神怡。



照片提供:神宮司廳

# 83

# 托福橫丁

托福橫丁是一座林立有 50 多間店舗的街坊小鎮。 當地的人們迄今仍保有著自古以來盛情接待途經 此處的伊勢神宮參拜者的款待精神。穿遊於鱗次 櫛比飽富歷史情調的街區中,看看、走走、吃喝、 玩樂,享受當地特產、鄉土料理和太鼓演奏等。邀 您緩下步伐細細晃悠閒逛,深度品味此地的市井 風情。

https://okageyokocho.com/main/en\_okage/



# 御木本真珠島(海女觀摩表演)

志摩市的濱海為珍珠的一大養殖產地。遊訪御木本真珠島,可見聞各 式珍珠相關知識及購買美麗的珍珠製品。其中更以於珍珠養殖產業中 擔負重要角色的海女的潛水觀摩表演特為機會難得,於此可親眼目睹 身著傳統白色潛水服的海女潛海採集海貝的身姿。

https://www.mikimoto-pearl-island.jp/en



# 海女小屋「八幡窯」

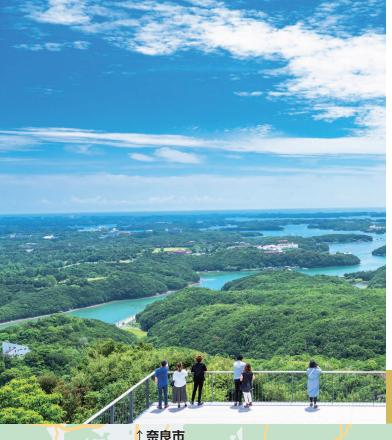
可享用海女們所供應的炭烤海鮮料理的海女小屋。一邊品 當炭火燒烤的日本龍蝦、鮑魚、海螺等新鮮海產,一邊聽 聞海女們娓娓道來不仰賴潛水道具徒手潛水的神技與討海 生活。海鮮的美味自是無須多言,與海派性格的爽朗海女 們的近身交流更是遠勝一切的酣快和療癒。(需預約)

https://amakoya.com/english-page/











# 鰹魚家 天白 「燻烤鰹魚小屋」



日本料理中不可或缺的日式高湯「出汁」乃由「鰹節(柴魚)」熬煮而成。 鰹節是將經過燉煮的鰹魚肉進行燻烤、烘乾後所製成的可供長期貯存的 乾貨。於「鰹魚家 天白」中,可觀摩傳統的鰹節手作製程,並試吃以土 鍋炊煮的鰹節拌飯。

https://katuobushi.com

# 横山展望台 (横山天空咖啡露台) 😲



於此展望台,可一眺散布羅列在英虞灣 上的 60 餘座大小島嶼, 及蜿蜒深入海 面當中的志摩半島。由海拔 140 公尺 高的此處所俯瞰的谷灣海岸地形美不勝 收,作為熱門拍照景點亦相當富有人 氣。由於周邊也設置有遊憩步道,非常 適合從事健行。亦推薦於咖啡露台一邊 遠眺壯麗絕景,一邊悠閒小憩。



# 珍珠摘取體驗

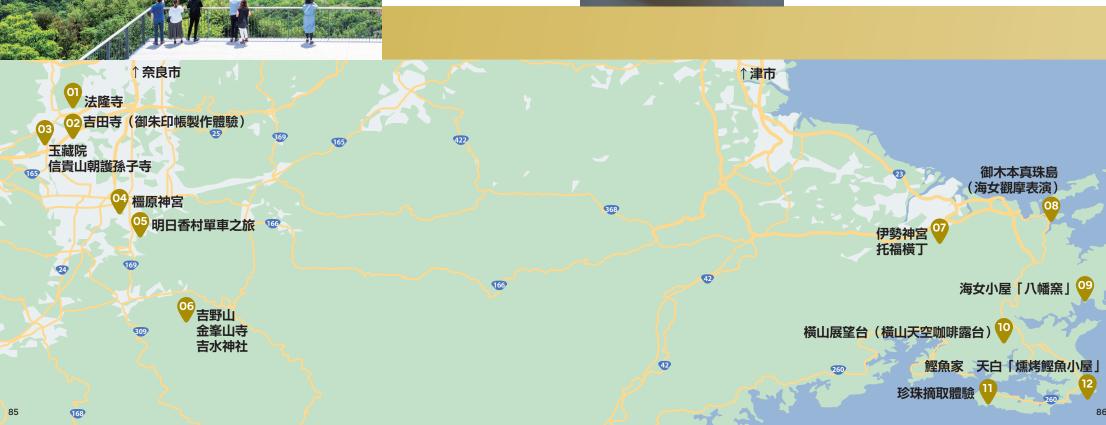


可於此體驗自行將珍珠自貝殼中取出、製作原創飾品。首先是挑選珍珠 貝,接著取擷出貝殼中育成的珍珠、進行打磨拋光,最後裝飾上喜歡的 金屬配件、製成飾品。由於是於貝殼中孕育出的天然素材,所生成的珍珠 各個形狀樣相不同,因此能製作出充滿個性的獨特紀念飾品,饒富趣味。

http://s-tamachan.net











# 龜岡單車旅行



從京都站搭乘電車約30分鐘可抵達的龜岡,是一座為群山圍繞、洋溢田園風光的盆地小鎮。與京都繫連的川流帶來豐盛的水源,使龜岡成為屈指可數的蔬菜盛產地。每至秋季,整個城鎮為濃霧所包擁。 沿著山川騎單車穿梭在群山環繞的田園景色中,可充分感受龜岡當地自然與人的和諧共生。



# 農家民宿 NANA



這是一家位於傳統里山村落,日本傳統住宅的農家民宿。每天僅限接待一組旅客。除了主樓還有倉庫和穀倉,可充分感受日本自古以來的傳統生活。從房間內還可欣賞日本庭園的美麗景色。如果正逢季節,還可體驗農家菜園的田間採收,依季節不同品嚐新鮮摘採的京都蔬菜。全年均可體驗用灶台煮的飯製作飯糰和製作窯烤蜂蜜披薩。

https://farmhousenana.wixsite.com/hozu/home



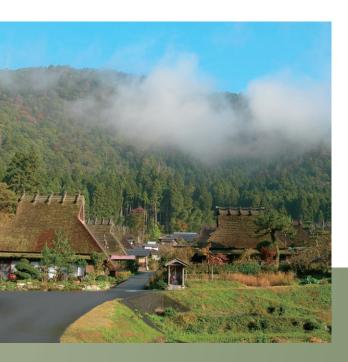
# 將大鍛刀廠小刀製作體驗



為在以傳統和歷史為傲的京都亦為數甚少的現存鍛刀場。為了讓人們認識刀的魅力,尚舉辦「小刀製作體驗」。長約10cm的小刀約3~4個小時便可製作完成。使用與日本刀相同材料「玉鋼」製作的小刀, 其刀紋可越磨越清晰可見。歡迎前來挑戰製作屬於自己的原創小刀。

https://morinokyoto.jp/masahiro/





# 美山茅葺之里



美山茅葺之里為茅草屋頂民宅林立的村落。被選定 為國家重要傳統建築物群保存地區。從高台上眺望 恬靜的里山風景,彷彿就像是日本古老童話的世界 一般。春有櫻花,夏有新綠,秋有紅葉,冬有白雪, 四季均可欣賞美麗風景。拿著相機在村落裡走一圈, 必會發現許多值得拍攝的場景。

https://miyamanavi.com/en/



# 田歌舍



遊客可於此享受住宿、美食和戶外體驗。廣闊建地上有住宿 樓和餐廳等,均為使用當地木材建造的自建建築。幾乎所有 所需的食物、水源、柴火等皆可自給自足。除了狩獵師捕獲的 鹿和野豬外,還可品嚐山菜、蘑菇、在園內種植的蔬菜及米飯。 https://www.tautasya.jp/

# 更换茅草體驗



體驗在美山傳承至今的日本「茅草屋頂」傳統工藝。因為是在 地面搭建屋頂架構,所以很安全。透過觀看影片確認所有工 程,以屋頂架構模型學習房屋結構。換上工匠制服(此種制 服被稱為法被),實際體驗更換茅草的工藝。工匠們會進行指 導,初學者也可安心體驗。最後還可獲得紀念照和結業證書。 https://www.veltra.com/jp/japan/kyoto/a/168460



# 黑谷和紙會館



持續守護著 800 年來的傳統,享譽日本最耐用和紙之稱的「黑谷和紙」。延承著自古相傳的製法,全數工程幾乎均為純手工, 每張紙皆由工匠們一枚一枚悉心製作而成。於黑谷和紙會館中,除販售有各式和紙加工製品,並可參與漉紙體驗(需預約)外, 亦設有工坊和資料室提供參觀。

https://kurotaniwashi.kyoto/en/



# SORASHIDO農舍 京風古灶「OKUDOSAN」炊食體驗 @



於具有 100 年以上歷史的古民家內,可以古昔的日本生活中所使用的傳統烹調器具「灶」和「火鉢」進行炊事體驗。透過不 翻土的「免耕」自然農法與大自然一同孕育土壤,這種以零農藥製法栽植出的米和野菜蔚為極品。在此可充分玩味貨真價實 的質樸日本農舍生活。

https://kyoto.i-sorashido.com



# 丹波筱山·今田窯廠巡遊



今田為擁有800多年歷史的丹波燒之鄉。亦為日本六大古窯之一。在此約有60家窯廠,製作各式新舊丹波燒作品。可在巡遊窯 廠的同時,尋找自己中意的器皿或盤子。並可在陶藝美術館和陶之鄉體驗陶藝。大自然豐富的小鎮中,尚有歷史悠久的古寺和 溫泉,十分推薦在此悠閒散步。



## 市野傳市窯

主要是以草、花、自然為主題的作品。陳 列著專門使用花盆製作的精美作品。 http://denichigama.com/



# 源右衛門窯

懷舊獨特風格的水珠花紋器皿十分受歡 迎的窯廠。以可增添生活情趣的日常使 用器皿居多。

https://www.gen-emon.co.jp/english/



# 大雅工房

有許多種類豐富的丹波燒作品。以藍色、 黃色等流行且色彩豐富、具現代感的設 計為主流。

http://taigakobo.com



# 福住街道漫步



福住為位於筱山城下和前往京都途中的驛站小鎮。自古以來便是山陰道的要地,在江戶時代被稱作京 街道。現在被指定為國家重要傳統建築保存地區。客棧與商店鱗次櫛比的街景讓人可聯想當時的情 景。尚有丸山稻荷和住吉神社等神社。氛圍淳樸的小鎮非常適合散步。



# 廳。食物亦皆為非基因改造食品。

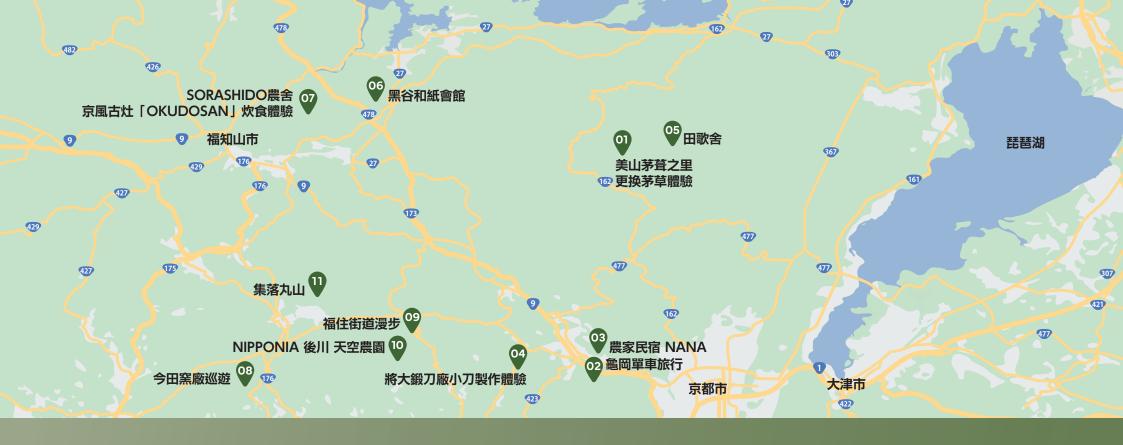
MAGNUM 咖啡 位於福住,提供特製有機咖啡的烘焙咖啡

https://magnumcoffee.thebase.in/



### 旅路啤酒廠

福住的手工啤酒廠。使用當地材料,釀造具 有在地特色的啤酒。 http://t-brewery.jp/





# **NIPPONIA** 後川 天空農園

建造於過去有茅草屋頂古老住宅之梯田上的民宿。為將傳 安靜度過獨屬於自己的時光。提供在地生產的早餐食材 收成的新鮮白米,煮出的美味米飯令人感動。尚有後川當 地品種的茶,能在茶葉收穫期間品嚐體驗生的茶葉。



# 集落丸山



由閒置村落的民居改建而成的旅館。周邊散落著古老民居。遊客可一邊感 周遊也很不錯。還可製作木製和竹製玩具、砍柴,依季節體驗收穫黑豆及 觀察螢火蟲生態。村落中尚有法國餐廳和蕎麥麵店。

https://maruyama-v.jp/









# THE EXCITING KANSAI

# 心動關西 旅遊地圖





路線2





02 播磨行程



08 山陰海岸(西部) 行程



O3 西琵琶湖 &福井行程



09 山陰海岸(東部) 行程



04 福井、東琵琶湖 &三重行程



10 伊勢 &奈良行程



05 滋賀&三重 (東海道)行程



11 丹波行程

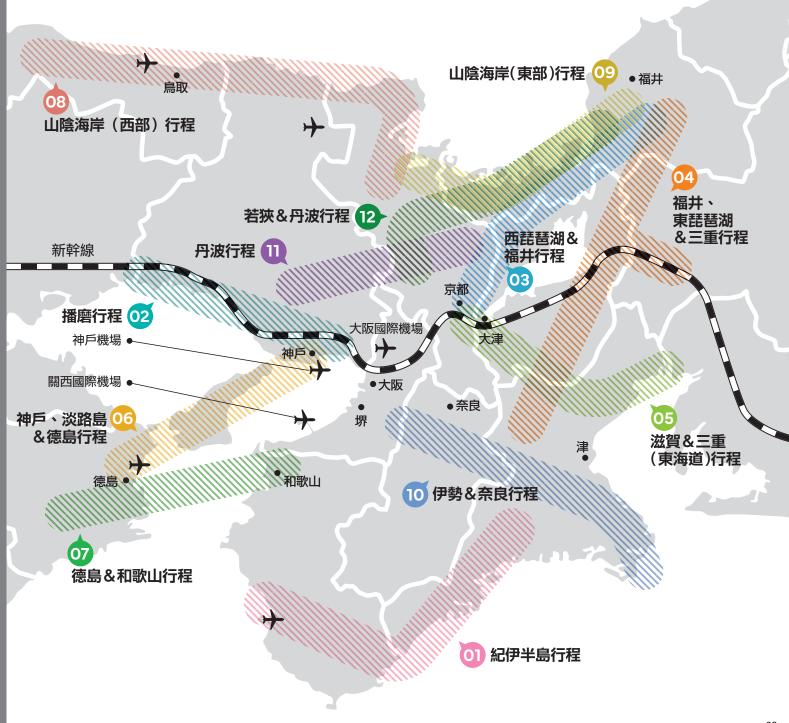


06 神戶、淡路島 &德島行程



12 若狹 &丹波行程









©2024 關西觀光本部 禁止擅自轉載。 本手冊中的商標、一般構成、文字、圖像、插圖和其他著作權均受著作 權品、接近養、著作權屬關西觀光本部所有,未經關西觀光本部許可,嚴禁 使用、複製、修改、公開或分發一切內容。