

# 福島四季紀行

## 國際線

上海	約2小時40分鐘	福島
	約2小時50分鐘	仙台
	約2小時35分鐘	東京
首爾	約2小時10分鐘	福島
	約2小時20分鐘	仙台
	約2小時10分鐘	東京

通往福島の交通路線

## 國內的交通路線

**【利用JR】**

仙台	東北新幹線 約20分鐘
東京	東北新幹線 約1小時30分鐘

**【利用高速公路】**

仙台	東北高速公路 約1小時
東京	東北高速公路 約3小時

● 飛機 ● JR線 ● 新幹線 ● 高速公路

**福島縣八重洲觀光交流館**  
 謹呈福島最新觀光信息和美味產品  
 營業時間 / 10:00-19:00  
 ■ 東京站八重洲南口步行約3分鐘  
 (八重洲Bookcenter旁邊)  
 ■ 東京地下鐵銀座線車站7番出口步行約3分鐘  
 郵編: 104-0028 東京都中央区八重洲 2-6-21  
 三徳八重洲大廈 1F  
 TEL.03-3275-0855

### 實用會話集

<p>您好! こんにちは。</p> <p>早上好! おはようございます。</p> <p>晚上好! こんばんは。</p> <p>晚安! おやすみなさい。</p> <p>您好嗎? お元気ですか。</p> <p>我很好。 元気です。</p> <p>您叫什麼名字? お名前は何ですか。</p> <p>我的名字是—— 私の名前は——です。</p> <p>初次見面。 はじめまして。</p> <p>請多多關照。 お願いします。</p> <p>萬分感謝。 どうもありがとう。</p> <p>不用謝。 どういたしまして。</p> <p>是的。 はい。</p> <p>不是。 いいえ。</p>	<p>對不起。 すみません。</p> <p>對不起 / 不好意思 ごめんなさい。</p> <p>再見。 さようなら。</p> <p>我不(太)會說日語。 日本語を(うまく)話せません。</p> <p>我不知道。 わかりません。</p> <p>你會說英語嗎? 英語を話せますか。</p> <p>洗手間在哪裡? トイレはどこですか。</p> <p>請幫我一下。 助けて!</p> <p>危險! 危ない!</p> <p>不要管我。 ほっといて。</p> <p>不要觸碰! さわらないで!</p> <p>我要叫警察了。 警察を呼びます。</p> <p>等等! 待て!</p> <p>小偷! どろぼう!</p> <p>萬分緊急! 緊急です。</p> <p>我迷路了。 道に迷っています。</p> <p>皮包丟了。 鞆をなくしました。</p>	<p>錢包丟了。 財布を落としました。</p> <p>我生病了。 病氣です。</p> <p>我受傷了。 けがをしました。</p> <p>請叫醫生! 医者を呼んでください。</p> <p>可以用一下電話嗎? 電話を使ってもいいですか?</p> <p>一在聊兒?(哪個/哪位?) ——はどこですか?</p> <p>車站 駅</p> <p>巴士站 バス停</p> <p>機場 空港</p> <p>市中心 街の中心</p> <p>——酒店 ——ホテル</p> <p>——大使館/領事館 ——大使館/領事館</p> <p>——最多的地方在哪裡呢? ——が多い所はどこですか?</p> <p>餐館 レストラン</p> <p>請在地圖上指出來。 地図で指してください。</p> <p>道路 道</p> <p>左 左</p>	<p>右 右</p> <p>十字路口 交差点</p> <p>北 北</p> <p>南 南</p> <p>東 東</p> <p>西 西</p> <p>上行 上り</p> <p>下行 下り</p> <p>向左拐。 左へ曲がってください。</p> <p>向右拐。 右へ曲がってください。</p> <p>直走 まっすぐ</p> <p>朝—— ——へ向かって</p> <p>——的前方 ——の先</p> <p>——的前面 ——の前</p> <p>——是標記。 ——が目印です。</p> <p>巴士 バス</p> <p>電車 電車</p>	<p>到——多少錢? ——までいくらですか?</p> <p>我買一張到——的票。 ——まで1枚お願いします。</p> <p>這個電車/巴士是到哪裡的呢? この「電車・バス」はどこまでですか?</p> <p>去——的電車/巴士在何處搭乘? ——行きの「電車・バス」はどこですか?</p> <p>這個電車/巴士——停車嗎? この「電車・バス」は——に止まりますか?</p> <p>去——的電車/巴士几点出發? ——行きの「電車・バス」は何時に出発しますか?</p> <p>這個電車/巴士什麼時候能到達——呢? この「電車・バス」は何時に——に着きますか?</p> <p>計程車! タクシー!</p> <p>請把我送到—— ——までお願いします。</p> <p>到——需要多少錢? ——までいくらですか?</p> <p>麻煩您停到那裏就行了。 そこまでお願いします。</p> <p>有空房間嗎? 空いている部屋はありますか?</p> <p>單人房/雙人房(榻榻米)多少錢? 一人/二人用の部屋はいくらですか?</p> <p>房間里附帶——嗎? 部屋は——付ですか?</p> <p>浴室 風呂場</p> <p>電話 電話</p> <p>電視 テレビ</p> <p>可以看看房間嗎? 部屋を見てもいいですか?</p> <p>有更[安靜的]房間嗎? もっと[静かな]部屋はありますか?</p> <p>寬敞的 広い</p> <p>干净的 きれい</p> <p>好, 這樣就行。 (好, 就要這個。) はい、これで良いです。</p> <p>住——個晚上。 ——晩泊ります。</p> <p>您知道其他的旅館嗎? 他の宿はご存じですか?</p> <p>有[金庫]嗎? 金庫はありますか?</p> <p>帶早餐/晚餐嗎? 朝食/夕食は付きますか?</p> <p>早餐/晚餐幾點開始? 朝食/夕食は何時ですか?</p> <p>請打掃一下房間。 部屋を掃除してください。</p> <p>請——點叫醒我。 ——時に起こしてください。</p> <p>退房。 チェックアウトです。</p>
---	---	--	---	--

高湯溫泉

相馬野馬追

花見山

請來享受這裡  
充滿情趣的極品  
溫泉吧!

謝謝

致全世界的友人...  
福島將懷着感謝之情,  
面帶最燦爛的微笑,  
熱忱期待您的光臨。

請來自然景觀  
秀美的福島游玩吧!

會津鶴城

請來看一看這飄逸  
著歷史和傳統氣息  
的街道吧!

福島藍寶石  
水族館

桃

喜多方拉麵

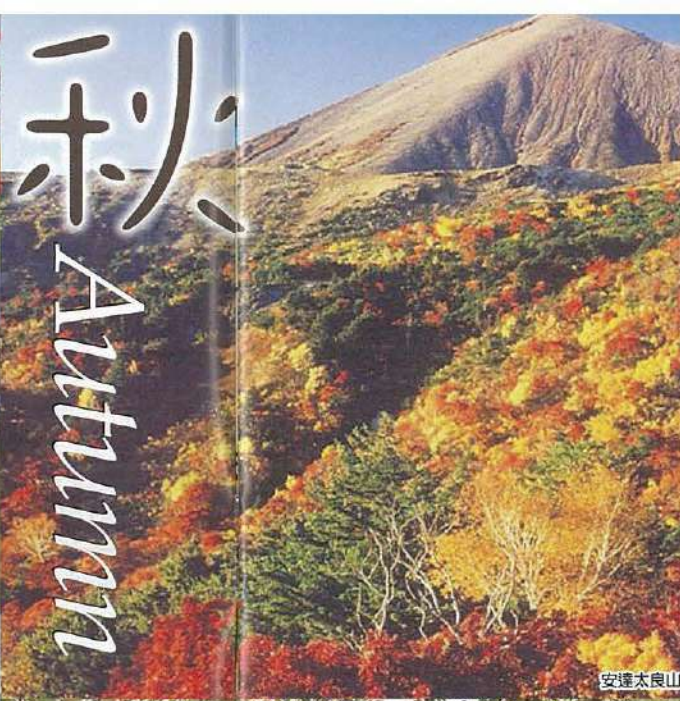
新鮮採摘, 即時  
烹調! 請您一定  
要來品嚐這裡的  
時令美食!



春  
Spring



Summer



秋  
Autumn



Winter  
冬



福島的笑顏

CONTENTS

福島的美食  
四季的恩惠及風土人情  
3-4

福島の歴史・文化  
武士的精神 傳統和歷史  
5-6

福島の自然1  
四季的妝點  
7-8

福島の自然2  
天然塑造的主題公園  
9-10

福島の温泉  
丰富多彩的溫泉之旅  
11

福島の廟會  
福島人的熱情  
12

縣內地圖  
地區地圖  
13-14



三春龍櫻  
鶴城



夏



安達太良山  
採摘水果

來自福島縣的訊息

東日本大震災之際，我們得到了來自世界各地的大力支援，在此深表感謝。此次震災，雖然本縣遭受了前所未有的災害，但是全縣人民在來自各方的熱情支援下，為重振“觀光地 --- 福島”而齊心協力、努力奮鬥。您的光臨就是對全縣人民最大的支持和鼓勵，也是推動

復興事業向前進展的巨大力量。福島縣是日本的第三大縣，這裡的傳統歷史文化、溫泉聖地和熱情的福島縣民處處會讓您感受到福島之旅的魅力。我與全縣人民一同期待您的光臨！

心懷深深的感激、  
面帶真誠的微笑迎接諸位的光臨！

豐富多彩的四季風光及滿面笑容的福島人、隨時恭候您的光臨！來吧！充滿情趣的福島之旅定會讓您逐笑顏開！

Fukushima Data

【位置・人口・面積】  
福島縣位於東北地區的最南部，距離東京約有200km。  
〈人口〉約200萬人  
〈面積〉13,782平方千米，居全國第三

福島縣被從南到北的阿武隈高原和奧羽山脈劃分成3個區域，各個區域個性豐富，遊覽樂趣也不盡相同。“會津地區”擁有鶴城等名勝，並保留有濃厚的武士文化氣息；再加上冬季雪質優良，進而冬季運動豐富多彩。擁有因春季百花鬥艷而聞名的花見山等名勝的“中通地區”，是盛產水果的名地，可以體驗到採摘的樂趣。而面向大海的“浜通地區”，海產品丰盛，一年四季溫差較小，氣候宜人。中通和會津地區有效利用其山嶺眾多的自然條件舉辦多種多樣參與性活動。此外，福島縣還是一處溫泉聖地，您可以享受到泉質各異、種類繁多的溫泉。



# 從時令的料理到傳統的美食，請您盡情享用！



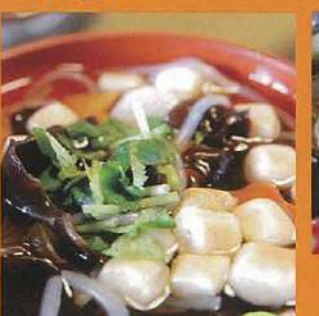
**喜多方拉麵**  
喜多方有 120 余家拉麵店，其中還有從早上 7 點就開店營業的店舖。這裡原本是釀造業尤為繁盛的「藏之町」。喜多方拉麵是用飯豐山的深層流水熬製的豬骨、雞骨湯頭為底湯，再加入用小沙丁魚幹等海物熬製的日式湯汁，配上優質的醬油調味，其麵條卷曲而粗。濃厚的湯汁與面條相輔相成，烹製出其獨特的美味。



**溫泉雞蛋**  
用 63°C-70°C 的溫泉水煮熟的雞蛋，是飯豐溫泉的特產。其獨特的香味以及果凍狀的蛋白再加上入口即化的蛋黃，味道相當絕妙。



**日本酒**  
福島擁有釀酒中所不可缺少的優質水、大米、以及釀酒師，在日本全國也是屈指可數的釀酒名地。在酒藏里可以試飲。



**Kozuyu**  
不管是正月還是婚喪嫁娶都不可缺少的、具有傳統品味的、自古以來就備受親戚的鄉土料理。放入幹貝、芋頭、魔芋絲、粒狀豬筋、木耳等食材，用醬油調味的美味湯料理。



**澆汁炸豬排**  
從大正時代就備受親戚的會津庶民們的口味。在白米飯上面放上卷心菜絲，然後在上面放上澆有調味汁的炸豬排。

## 盡享季節的美味！在福島體驗採摘鮮果

要說福島的特色，首先應該是鮮果採摘！不愧水果王國之稱的福島，几乎一年四季都能體驗到採摘美味水果的樂趣。特別是貫穿福島市西側的吾妻連峰的山麓，有一條長約 14km 的道路被稱為鮮果之路，這區間到處是種植各種水果的果園，水果店及可以體驗採摘的觀光果樹園鱗次比。請您一定要前來觀賞體驗！



**桃子** (7月中旬~9月上旬)  
福島的代表性水果，味甜汁多的福島仙桃在日本國內也享有盛名。剛剛採摘的新鮮桃子，脆甜的口感、美味多汁，令您難忘。



**蘋果** (8月下旬~12月上旬)  
收穫期間較長，根據時期品種有所不同。主力品種是甜味較強的「富士」，而其中直接接受日照栽培的「San 富士」倍受青睞。咬上一口，您就會為它的味甜汁多而驚嘆不已。



**鮮果採摘時間表**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
櫻桃												
桃												
葡萄												
梨												
蘋果												
柿												

**櫻桃** (6月上旬~7月上旬)  
可以說福島的鮮果旺季是從初夏的櫻桃開始的。在東北地區，福島是最先可以品嚐到美味櫻桃的產地。

**葡萄** (9月上旬~10月中旬)  
以果汁豐富，果實飽滿為自豪的高級葡萄「巨峰」及巨峰的改良品種——「高尾」為中心。



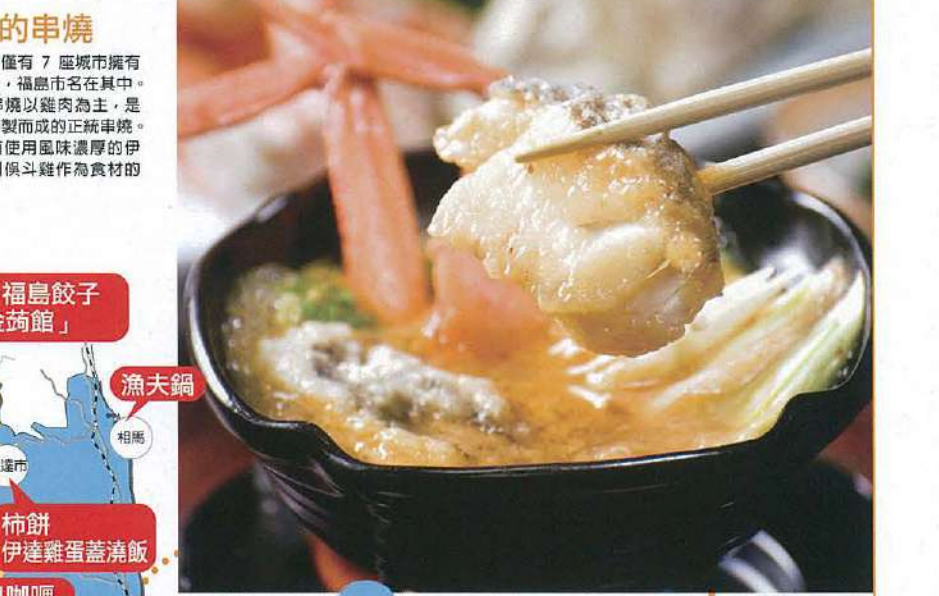
**福島餃子**  
昭和 30 年代後半，福島的上班族們喜歡在工作結束後、回家的途中與人聚在一起一邊吃餃子一邊喝酒來消除一天的疲憊。因此，即使現在也有很多餃子店都是從傍晚才開始營業的。福島的餃子，有的味道清淡；有的蒜味十足；有的形體較大；有的皮里摻和着艾草；還有的以往芝麻豬肉為餡。各店的品種繁多，不妨串走各家餃子店，比一比那一家更適合您的口味。



**蒟蒻工房「金蒟館」**  
距離土湯溫泉較近的福島市荒井地區，是鮮為人知的魔芋盛產地。用此魔芋手工製作而成的蒟蒻最受歡迎，在商場內的小攤位上也可以買到蒟蒻，不僅適合您在旅途當中小憩充飢，而且其營養價值也不可小覷。



**福島的串燒**  
日本國內僅有 7 座城市擁有「串燒街」，福島市名在其中。福島的串燒以雞肉為主，是用炭火烤製而成的正統串燒。其中也有使用風味濃厚的伊達雞和川俣雞作為食材的店舖。



**漁夫鍋**  
為了讓漁夫們在冬天的漁場里暖身的火鍋！1-3 月之間，把原釜產的新鮮的土附魚和鱈魚切成大塊，過油炸后的魚塊配以相馬的冬季名物「松葉螃蟹」，再加上濃厚辣醬味湯汁的「漁夫鍋」堪稱絕品！



**伊達市 柿餅**  
發源于伊達市。表面為棕色，果肉是半生狀態，呈果凍狀，口感柔軟。朴素的甜味正是冬季的美食。



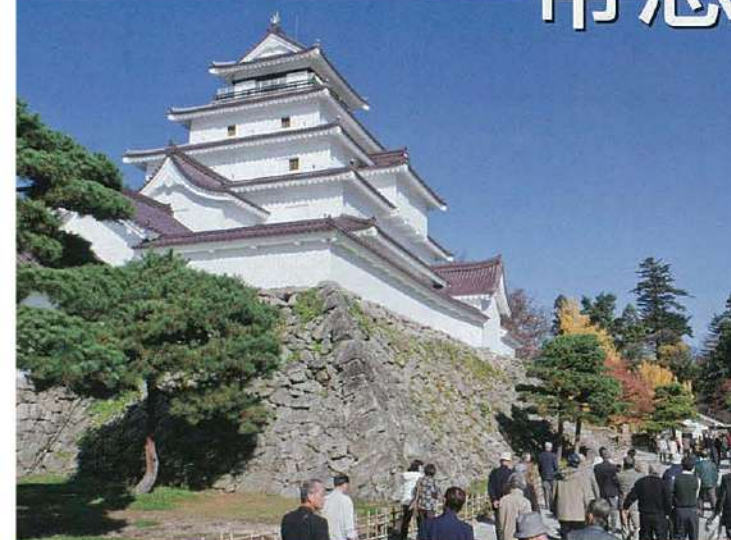
**二本松市 安達太良咖喱**  
使用二本松產的新鮮蔬菜，美味的大米、肉類等食材製作而成的當地美食。安達太良咖喱的加盟店各顯其能，可以品嚐到口味不同的「獨家咖喱」。



**磐城市 目光魚**  
分布在福島縣北端海域，體長 10~18cm，高貴且清涼的味獨具魅力，油炸烹製也味道鮮美，是磐城市的「市魚」。

Fuku Shima SMILE 福島的歷史文化  
武士的心  
傳統和歷史

# 傳承下來的武士文化 隱隱的懷舊情懷氛圍 帶您品味福島的歷史



## 鶴城

會津 若松市

戰國時代，幕名・伊達・蒲生・上杉・保科・松平等衆多藩主統治於此，歷史文化悠久。另外幕府統治末期的戊辰戰爭中，會津藩做為舊幕府派勢力而頑強反抗新政府軍勢力，使會津地區也成為激烈的戰場。作為悲劇而揚名的“白虎隊”則成為這場戰爭中的傳世佳話。現在，把當時的城堡（天守閣）作為“鶴城博物館”，并在那里展有各種珍貴的歷史資料。



## 霞城公園

二本松市

二本松初代藩主丹羽光重公建造的霞城。4月中旬以染井吉野櫻為首，有1700棵櫻花樹競相開放。特別是從山頂的石牆上往下眺望，更是一道絕妙風景。除了櫻花樹，還可以欣賞到杜鵑、紫藤、繡球花等四季各異的花卉。

櫻花非常漂亮哦！



郡山市

## 高柴木偶宅邸

在山間的手藝工匠村落里可以體驗描繪三春駒和三春玩具等傳統玩具。



## 小紅牛

### 彩繪體驗

在這裡可以體驗會津的代表性紙糊的民間藝術品——小紅牛彩繪。



## 體驗烤制米餅

親手用炭火烤製以越光米為原料的煎餅。此建築物是按照明治時代創業時的原狀復原建造的，觀賞價值極高。

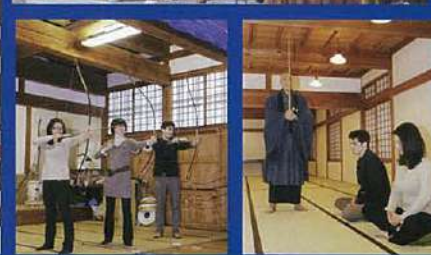


## 會津藩校日新館

會津藩校日新館是在幕末（江戶時代后期）的會津藩教育中擔當重要作用的教育機關，也是白虎隊的學堂。通過看、聽、摸來體會當時的以儒學為基礎的道德教育以及會津武士道精神，必將帶給您一次思考的機會：自身的欠缺之處在哪裡？當今社會什麼才是最重要的？

## 會津武家屋敷

會津武家屋敷是一座綜合性的歷史博物館。它是由以會津藩的家臣之長（宰相）西鄉賴母的老邸為中心，連同福島縣重要文化財產的舊中畑屋敷、茶室、藩米碾米處、會津歷史資料館等一起組成的“歷史漫步區”，匯聚了會津和福島特色精品的“糊工房——古今”和可以品嚐會津鄉土料理的“御食事處——九曜亭”共同構成的。



## 智惠子的誕生之家

二本松市

面向安達太良山，沿着興州街道所建造的智惠子的誕生之家原是一家釀酒屋，現已復原。紀念館里面陳列著智惠子的作品和生平介紹。



## 野口英世的誕生之家・紀念館

野口英世博士做為黃熱病的研究者而廣為人知。現一千日元紙幣上就印有他的肖像。在他的誕生之家及紀念館里，可以瞭解到博士的成長歷程與丰功偉績。



## 南湖公園

據說南湖公園是日本最古老的公園。松平定信在造園之際，本着超越身份之別，讓老百姓也能安然小憩的思想，建造了被稱之為“共樂亭”的茶室，實現了庶民同樂的夢想。南湖園子是具特產。



## 會津的彩繪蠟燭

精心繪有牽牛花、鷹相等圖案。那份真情、那份色彩以及那栩栩如生的圖案，也備受外國遊客和年青一代的青睞。



## 會津鐵道

前往大內宿的話，利用會津鐵道最便利！潮野上溫泉車站是日本唯一的茅草屋頂的車站。這裡是離大內宿最近的車站，候車室里還設有地爐。會津鐵道將會津若松、喜多方與日光、鬼怒川等地連接起來。



可以體驗豐富多彩的歷史文化

## 大內宿

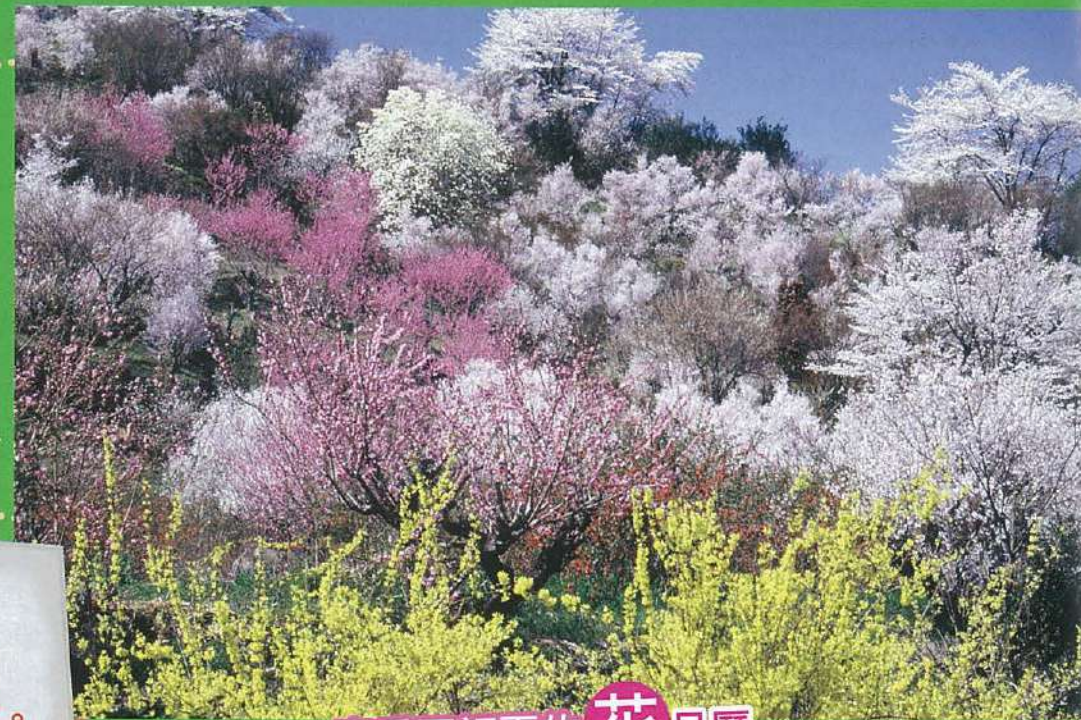
戰國時代至江戶時代，大內宿做為連接會津若松和日光今市的下野街道沿途的驛站而發展繁榮起來。在長達450米街道的兩旁，儼然排列着大約50多間，300年前建造的茅草屋頂房屋，值得一看。



# 盡享花草樹木為 福島描繪的 四季美景！

## Spring

**花見山公園** 福島市  
代表福島市的櫻花名所，被已故攝影家秋山莊太郎稱之為“福島的世外桃源”，其風景美不勝收。春天，除了數種櫻花之外，還有桃花和連翹等品種繁多的花卉競相盛開。



春季至初夏的**花**日曆

	3月	4月	5月	6月	7月
花見山公園 (福島市)	梅花	東海櫻花連翹、桃花	杜鵑花	繡球花	
三春瀧櫻 (三春町)		櫻花			
高林寺 (二本松市)				繡球花	
土湯杜鵑山公園 (福島市)			杜鵑花		
伊佐須美神社 水菖蒲花園 (會津美里町)				水菖蒲	

**土湯杜鵑山公園** 福島市  
位於可以遙望到吾妻連峰山麓的女沼的高地，從5月中起到下旬，紅色和粉紅色的野生杜鵑花競相盛開，幾乎掩蓋了整座山嶺。紅花、綠草、藍天，鮮明的色差會讓您驚為觀止。

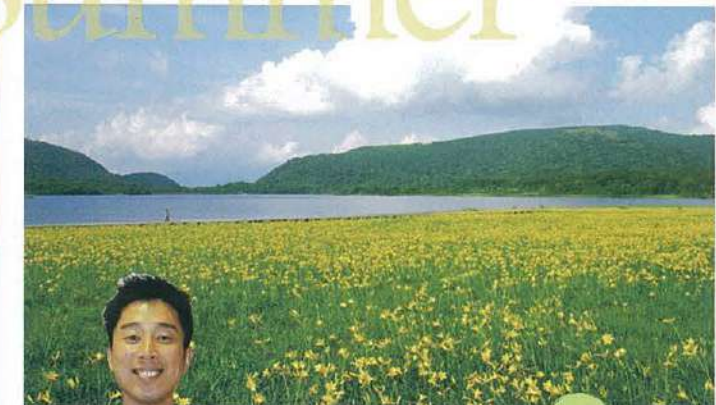
**伊佐須美神社 水菖蒲花園** 會津美里町  
水菖蒲花園，有150種，近10萬株水菖蒲燦爛盛開。最佳觀賞時間為6月下旬，每年的6月15日到7月5日之間都會隆重舉辦“水菖蒲節”。庭園內，水菖蒲綻紫嫣紅，競相盛開。初夏的會津路上，人們擁擠而至前來觀賞。

**高林寺的繡球花** 二本松市  
高林寺，別名繡球花寺，寺內周邊和墓地公園內約有5000株，再加上道路兩旁的大約3000株的繡球花盛開。



**三春瀧櫻** 三春町  
“江戶彼岸”系列的紅枝垂櫻是日本三大代表櫻花之一。淡紅色的櫻花壓滿枝頭，樹枝垂至地面，好似瀑布落入水中而得名。國家自然紀念物。

## Summer



帶您欣賞夏季的 美麗岸邊

**雄國沼的日光黃苳** 北星原村  
位於福島山岳山麓的火山湖，最佳觀賞時間為7月。日光黃苳染黃了整個湖沼的西岸，在面積約為45ha，周長為4km的湖沼內，溼地高草的植物群被指定為國家級天然紀念物。

**塔崖**

“Hetsuli”在福島方言中是陡峭的山崖的意思，它的形狀像塔一樣，因此而得名。位於大川線的溪谷邊，經歷了百餘年歲月的侵蝕和風化，自然形成了這一絕世景觀。新綠和紅葉時期堪稱絕景。10尊岩石均有各自的名稱，並被指定為國家級天然紀念物。



下郷町



只有在寒冷的冬季 才能觀賞的景觀。

**豬苗代湖的飛濺冰花** 豬苗代町  
全國排行第三大的淡水湖，位於磐梯朝日國立公園內。豬苗代湖和磐梯山的風景是會津的代表景觀。到了冬季，天鵝從西伯利亞遠道飛來。磐梯山麓的山風吹來，湖岸的樹木搖曳，拍打到湖水而凍結成冰，形成了飛濺冰花。這是一個充滿幻想的冰的世界。



**雄國沼的日光黃苳** 北星原村  
周長達40km的裏磐梯內最大的湖泊，其湖岸沿線蜿蜒曲折，這在日本也算是屈指可數的了。沿著湖岸欣賞變化多姿的磐梯山又是一番別樣的情趣。夏季，摩托艇和遊覽船穿梭於湖面上，前來野營的人們相聚湖岸，熱鬧非凡。而到了冬季，湖面全部結冰，冰湖垂釣公魚也頗有風味。

**檜原湖** 北星原村

周長達40km的裏磐梯內最大的湖泊，其湖岸沿線蜿蜒曲折，這在日本也算是屈指可數的了。沿著湖岸欣賞變化多姿的磐梯山又是一番別樣的情趣。夏季，摩托艇和遊覽船穿梭於湖面上，前來野營的人們相聚湖岸，熱鬧非凡。而到了冬季，湖面全部結冰，冰湖垂釣公魚也頗有風味。

## Autu

**五色沼** 北星原村  
土壤中富含多種礦物質及化學成分，因此湖面的顏色會隨土壤成份的不同及氣象的變化而改變。“五色沼”包括“毘沙門沼”、“赤沼”、“青沼”、“瑠璃沼”、“并天沼”、“深泥沼”、“龍沼”、“柳沼”等多個湖沼。



福島市 豬苗代町

**磐梯吾妻環山游覽收費公路 (sky line)**

位於連接豬苗代和福島的土湯山嶺上的磐梯吾妻環山游覽收費公路。貫穿吾妻山脈的全景路線，秋季滿山紅葉甚是美麗，可以從淨土平一路登山到吾妻小富士。從車窗內觀看的風景也堪稱絕景，招惹很多人次前來觀賞，這條路線也被選入了“日本道路100選”當中。



自行車也 能穿行之中。

## Winter

# 一年四季情趣各異 魅力無窮的自然和內容豐富的野外活動 將您的笑顏鎖定在每一個美麗的瞬間



**滑雪·戲雪** 會津地區 中通地區

福島即使在冬季也樂趣無窮。正因為寒冷，才能更要去體驗這雄偉而美麗的自然。不論是雪質還是地理位置，這裡的滑雪場都堪稱一流，充滿樂趣。

**主要滑雪場**

1 安達太良高原滑雪場	(二本松市)
2 裏磐梯貓魔滑雪場	(北鹽原村)
3 Glandeco滑雪場	(北鹽原村)
4 Alts磐梯滑雪場	(磐梯町)
5 豬苗代滑雪場	(豬苗代町)
6 沼尻滑雪場	(豬苗代町)
7 箕輪滑雪場	(豬苗代町)
8 listel滑雪場	(豬苗代町)
9 會津高原台鞍滑雪場	(兩會津町)
10 會津高原高杖滑雪場	(兩會津町)
11 Grandee羽鳥湖滑雪場	(天榮村)



**徒步過雪地運動** 會津地區 中通地區

穿上雪地套鞋在雪地中行走的「徒步過雪地運動」使您有機會更近距離地欣賞美麗的雪景。穿過樹林，走向森林的深處，走過結冰的湖面，到達在其它季節無法到達的地方，正是其魅力所在。發現冬季的自然，體味它嶄新的一面，這種樂趣才是與眾不同之處。請您盡情享受大自然雄偉而神祕的美麗吧！



**垂釣公魚** 北鹽原村

值得向您推薦的一項自然體驗活動——冰上鯉魚垂釣。來到冬季的北鹽原村的檜原湖就不能體驗一下冰湖上的「垂釣公魚」！有些民宿可以租賃釣魚的用具，還會教您垂釣技巧，一定要試一試。

**阿武隈洞** 田村市

大約經歷了 8000 萬余年的自然造化而形成的鐘乳洞。全長 600 米的洞內，種類和數量繁多的、被稱之為東洋第一的鐘乳石錯落有致的排列着。洞中一年四季的氣溫均在 15 度左右，正可謂冬暖夏涼。



**巡回山麓游覽(尾瀨)** 檜枝岐村

日本屈指可數的高層濕原，被指定為國家級特別天然紀念物。這裡是高山植物的寶庫，春天的水芭蕉，夏天的日光黃菅，繽紛盛開，十分美麗。尾瀨沼和大江濕原的周圍，修建了適合步行的林蔭小道，即使是帶著家人也能安心游玩。

**五色沼自然探險道路** 北鹽原村

磐梯山火山噴發的時候形成的潭地和湖沼群，被稱為五色沼。其祖母綠或者蔚藍色的水面，波光粼粼，神祕之極。這是一條圍繞着色彩繽紛的五色沼湖沼群漫步的小路。另外，裏磐梯地區有許多這樣的巡回山麓游覽路線，一年四季均可欣賞到不同的美景。



**福島藍寶石水族館 藍寶石蛋** 磐城市

「藍寶石蛋」釣魚池，是以孩子們為對象的體驗型設施，同時建造的還有「蛇眼海濱」。讓孩子們在玩耍的同時，也能夠感受到大自然的重要性、生物的豐富多樣性和生命的寶貴性。在此，孩子們可以當場吃到自己釣的魚。在建築物的室內，以生物的多樣性主題，展示了各種各樣的生物。

**檜原湖單車郊游** 北鹽原村

迎着清爽的微風，穿行在高原上的單車郊游。裏磐梯的檜原湖畔，湖周大約 32km，騎一圈大約需要 4 個小時。每年的 5 月末，這裡將會舉行單車郊游大會。



**高爾夫** 福島 全域

面朝大海，仰望高山，打上一杆好球。這裡有海、有山、且被美麗富饒的大自然環抱，球道變化多姿，一年四季不論何時，您都可以打上一局。充分利用自然地形設置了超過 60 處的高爾夫球場。



**夏威夷溫泉度假村** 磐城市

館內一年如盛夏，游泳池、溫泉、波利尼西亞舞可以讓您盡情享受到夏威夷風情的主題公園。人氣頗高的波利尼西亞廣場秀，每天都會舉行，在游泳池兩側的舞台上，上演着動人心魄的篝火舞與優雅的草裙舞。您不但可以欣賞，還可以走上舞台與演員同台共舞。另外，這裡還有被吉尼斯世界紀錄所記載的世界上最大的露天溫泉。



# 奧州的名溫泉聚集地 請飽嘗溫泉之鄉帶給您的幸福享受。

## 飯坂溫泉

這裡是擁有文人——芭蕉也曾經泡過的共同浴場——鱒湖溫泉及數量繁多的溫泉旅館，現在堪稱東北第一大規模的飯坂溫泉。據說已有千年以上的歷史。摺上川的河水穿街而過，一邊走過十網橋，一邊順道眺望數目眾多的共同浴場，也是遊覽溫泉街的樂趣之一。

- 泉質 / 單純溫泉
- 功效 / 對婦科病，皮膚病，關節炎，神經痛，胃腸病等有療效



從古至今 倍受歡迎的名溫泉 請您一定來體驗體驗!



## 岳溫泉

岳溫泉的泉質是國內罕有的鹼性溫泉。泉水是從 8km 之外的涌泉口引來的，流到溫泉街需要 40 分鐘左右。其溫泉有滑潤、美肌的評價。相傳是坂上田村麻呂先生東征時發現的，位於安達太良連峰山麓，海拔 600m 高處的溫泉鄉。

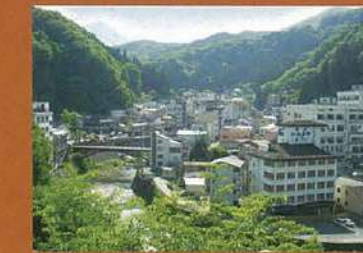
- 泉質 / 鹼性泉
- 功效 / 對慢性皮膚病，刀傷，燙傷，神經痛等療效



## 土湯溫泉

相傳此溫泉被挖掘于古時代，歷史悠久，江戶時代作為溫泉旅館廣受青睞。位於海拔 435m 的喜多小富士的東南山麓下，在荒川崎崎并建成的近代旅館。另外，還可以體驗製作土湯木偶人；享受在擁有水芭蕉野生地的自然中悠遊漫步的快樂。

- 泉質 / 單純溫泉
- 功效 / 對婦科病，皮膚病，關節炎，燙傷等有療效



## 東山溫泉

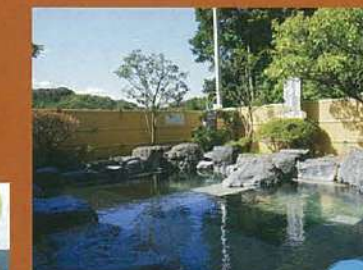
距會津若松市市區約 10 分鐘的車程，沿着潮川清流擴展開來的溫泉鄉。擁有約 1300 年以上的歷史，江戶時代作為「奧羽三樂鄉」頗受歡迎。曾經深受與謝野晶子和竹下夢二等文人以及歌手們的愛慕而聞名的溫泉。

- 泉質 / 硫磺溫泉
- 功效 / 對關節炎，神經痛，胃腸炎等有療效

## 蘆牧溫泉

蘆牧溫泉相傳在數千百年前，被一位旅行的老僧「行基上人」所發現的。據說這個「蘆牧」之名的會義為蘆名的牧場，即蘆名家族的軍馬放牧場，因此得名。大內宿，塔崖等觀光地也在此附近，從會津若松市內開車前往僅需 25 分鐘。

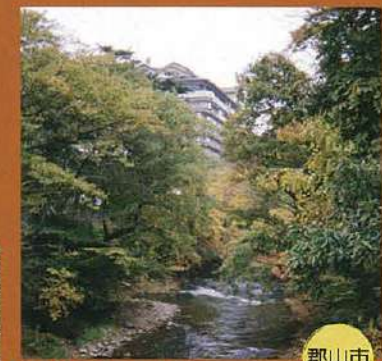
- 泉質 / 弱酸性低張性高溫泉
- 功效 / 對動脈硬化症，刀傷，燙傷，皮膚病，婦科病等有療效



## 磐梯熱海溫泉

相傳其溫泉被發現於 800 年前。熱海之名是來源於，奧州合戰後成為該地區領主的，源賴朝的家臣伊東祐長之出生地——伊豆的熱海溫泉。

- 泉質 / 單純溫泉
- 功效 / 對刀傷，燙傷，神經痛等有療效



## 溫泉之仙境 請您一定光臨福島!



# 載著人們的祈福、願望 帶給您的是更多的感動

## 相馬野馬追

第一天在相馬妙見三社里匯集實行上陣儀式，第二天是云雀原的古式盔甲競馬賽和神旗爭奪戰，氣勢高漲，第三天在相馬小高神社里舉行的野馬懸的祭神儀式后落幕。是一幅為期三天的人馬一體的、傳統戰國時代的畫卷。

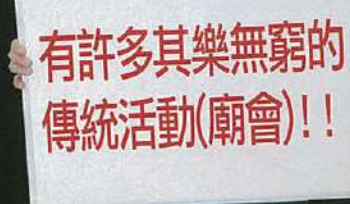
- 期間 / 7月最后一周的周六、日、一
- 場所 / 每天均不同



## 須賀川市釋迦堂川 全國煙花大會

以全國著名的煙花師親手製作的煙花為首，約 1 萬發的煙花綻放夜空。特別是相繼技藝的「煙花大會」部分，煙花師的精心設計的形形色色的煙花相繼綻放，朵朵煙花映於河面。

- 日期 / 8月的盂蘭盆會結束后的最初周六
- 場所 / 阿武隈川和釋迦堂川的匯合點



有許多其樂無窮的傳統活動(廟會)!!

## 七日堂裸拜

於 1 月 7 日在日本三大虛空藏尊之一的圓藏寺舉行的奇特的祭。以第一聲鐘響為信號，赤着兜襠褲的男士們從雲梯往上攀登，順着延伸至菊光堂內羅網的粗繩相攀。如果能順利到達羅網的話，則被看做是收獲了幸福。

- 日期 / 1月7日
- 場所 / 圓藏寺



繼承千年的傳統文化



## 二本松提燈祭

日本三大提燈祭之一，七台太鼓台陸續登場。二本松神社的篝火點燃了三千盞紅燈籠，這些紅燈籠映紅了夜空，遊行隊伍和着朝氣蓬勃的年輕人的盪彩燈和盪笛聲，在市内遊行前進。

- 日期 / 10月4日-6日
- 場所 / 二本松神社

## EVENT INFORMATION (主要活動信息)

春	夏	秋	冬
4月 原夏井干本體花節【小野町】	7月 會津田島祇園祭【南會津町】	日本新蕎麥麵節【喜多方市】	【會津坂下町】
5月 杜鵑節【矢祭町】	8月 雲山太鼓祭【伊達市】	11月 松明火節【須賀川市】	2月 信夫三山揚燈參拜【福島市】
檜枝岐歌舞伎【檜枝岐村】	福島草鞋祭【福島市】	舊時代新蕎麥節【豬苗代町】	白河不倒翁市【白河市】
姬早百合節【喜多方市】	郡山采女祭【郡山市】	12月 鱒節、鮫鱒魚節【磐城市】	會津彩繪蠟燭節【會津若松市】
6月 高蒲節【會津美里町】	9月 會津秋季廟會【會津若松市】	1月 十日市廟會【會津若松市】	大內宿雪節【下鄉町】
姬早百合節【南會津町】	10月 飯坂曬曬祭【福島市】	坂下初市拔大草鞋比賽	赤枝彼岸獅子舞【磐梯町】



還有許多。

# Fuku Shima SMILE 福島縣地圖

### 福島地區

平野、福島IC、向瀬上、瀨上、福島學院站前、信夫之丘運動場、福島賽馬場、福島市政府、福島縣政府、花見山公園、福島西IC、福島IC、荒川、東北本線、東北新幹線、東北高速公路、美術館、圖書館站前

0 5km

### 喜多方地區

押切川公園、喜多方市美術館、喜多方市政府、喜多方、會津豐川、磐越西線、姥堂、雷神山、琴平山

0 5km

### 相馬、原町地區

相馬、相馬市政府、松川浦、路邊驛站·相馬、白木、常磐線、羽山、南相馬市政府、原町、野馬追祭場地、磐城太田、鹿島、陸奥、鹿島棒球場

0 5km

### 會津若松地區

會津若松IC、磐越西線、磐越高速公路、會津若松、高山、堂作山、飯盛山、慶山、松平家墓地、七日町、會津若松市政府、鶴城、西若松、只見線、會津本郷、南若松、東山大塚

0 5km

宮城縣、山形新幹線、飯坂溫泉、飯坂溫泉、高湯溫泉、土湯溫泉、野地溫泉、五色沼、雄國沼的日光黃昏花群、檜原湖、磐梯吾妻、現山遊覽收費公路、智惠子的誕生之家、高林寺的繡球花、二本松提燈祭、飯坂溫泉、熱鹽溫泉、五色沼、野地溫泉、雄國沼的日光黃昏花群、檜原湖、磐梯吾妻、現山遊覽收費公路、智惠子的誕生之家、高林寺的繡球花、二本松提燈祭、飯坂溫泉、熱鹽溫泉、五色沼、野地溫泉、雄國沼的日光黃昏花群、檜原湖、磐梯吾妻、現山遊覽收費公路、智惠子的誕生之家、高林寺的繡球花、二本松提燈祭

0 10 20 30km

### 磐城地區

磐城中央IC、磐越高速公路、常磐高速公路、磐城JCT、磐城、內郷、湯本、夏威夷溫泉度假村、豐原崎燈台、草野、新興姫海濱、磐城海之塔、三崎公園、福島藍寶石水族館

0 5km

### 郡山地區

郡山IC、東北高速公路、郡山兒童森林公園、郡山、郡山市政府、開成山公園、風土記之丘公園、郡山西部足球場、郡山文化遊樂園、郡山南IC、東北本線(鐵路)、東北新幹線

0 5km

### 公共交通信息

● JR線 ● 高速巴士 ● 飯坂溫泉 至仙台 ● 飯坂線 ● 淨土平 ● 五色沼 ● 喜多方 ● 會津若松 ● 磐越西線 ● 郡山 ● 磐越東線 ● 相馬 ● 原町 ● 湯本 ● 小名浜 ● 常磐線 ● 會津鐵路 ● 須賀川 ● 福島機場 ● 東北本線 ● 白河 ● 至日光 鬼怒川溫泉 ● 至東京 ● 至上野

