



大町市官方網站
大町市觀光情報



大町市吉祥物
「Omapyon」

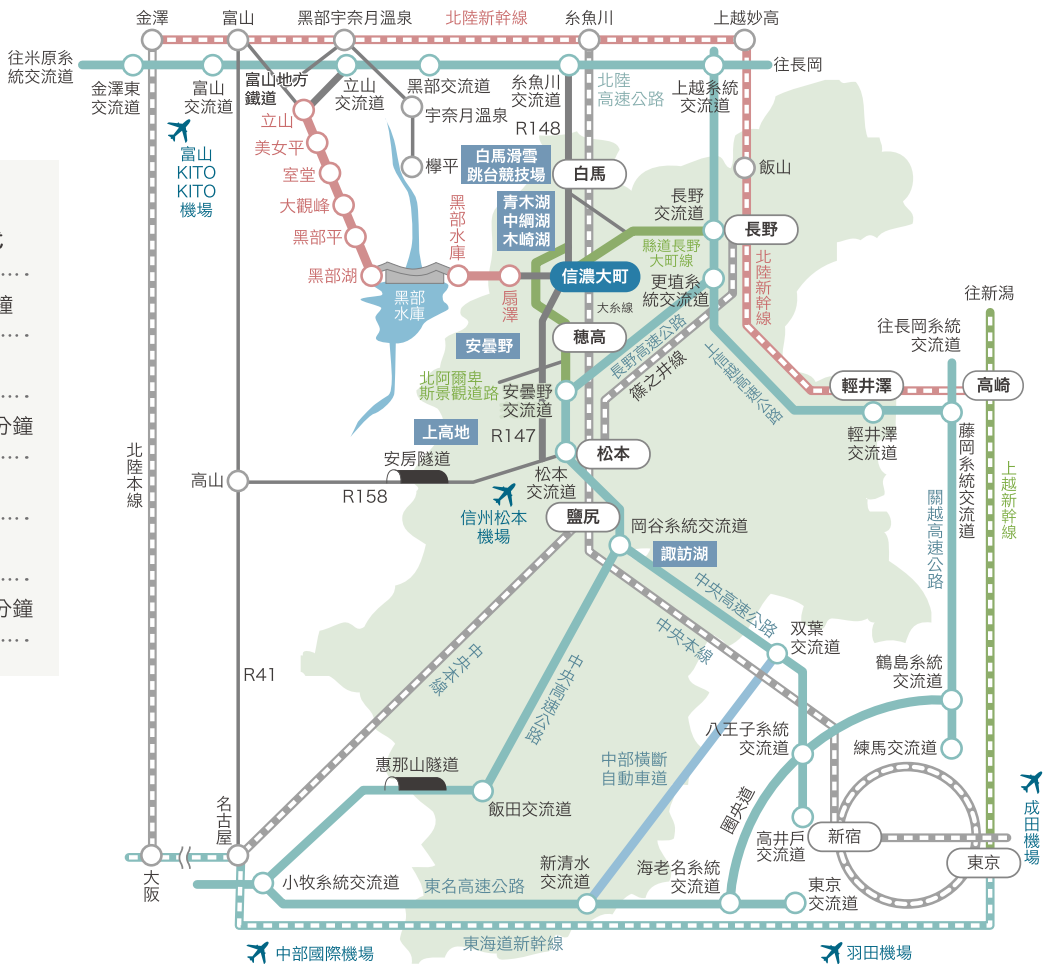
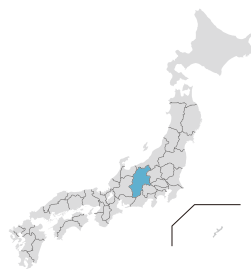
交通方式

Access

從信濃大町

前往附近觀光勝地的交通方式

黑部水庫	+ 50分鐘
白馬	30分鐘
地獄谷野猿公苑	1小時50分鐘
松本	1小時
上高地	+ 2小時
高山	2小時30分鐘



開車前往

東京	關越、上信越高速公路(203公里)約2小時30分鐘	長野交流道	國道19號、縣道長野大町線(46公里)約1小時5分鐘	大町市信濃大町站
	中央高速公路(182公里)約2小時30分鐘			
名古屋	東名高速公路、中央高速公路(176公里)約2小時15分鐘	岡谷系統交流道	長野高速公路(33公里)約30分鐘 安曇野交流道 國道147號／北阿爾卑斯景觀道路(30公里)約30分鐘	大町市信濃大町站
	名神高速公路(196公里)、中央高速公路(169公里)約4小時15分鐘			
大阪				

搭乘電車前往

東京	北陸新幹線(約1小時20分鐘)	長野站	特快巴士長野大町線【雷鳥LINER】長野站東口25號乘車處約1小時10分鐘	大町市信濃大町站
	中央本線 特快梓號(約2小時40分鐘)			
大阪	東海道新幹線(約50分鐘)	名古屋	中央本線 特快信濃號(約2小時)	大町市信濃大町站
	北陸本線 特快雷鳥號(約1小時20分鐘)	敦賀	北陸新幹線(約1小時50分鐘)	

搭乘飛機前往

成田國際機場	成田特快N'EX	東京	北陸新幹線(約1小時20分鐘)	長野站	特快巴士長野大町線【雷鳥LINER】長野站東口25號乘車處約1小時10分鐘	大町市信濃大町站
羽田機場	單軌電車山手線		中央本線 特快梓號(約2小時40分鐘)			
札幌千歲機場	Fuji Dream Airlines (約1小時40分鐘)	信州松本機場	機場接駁巴士(約30分鐘)	松本站	Resort View故鄉號	大町市信濃大町站
福岡福岡機場	Fuji Dream Airlines (約1小時30分鐘)				大系線(約1小時)	
神戶神戶機場	Fuji Dream Airlines (約1小時5分鐘)				信州松本機場接駁車 至大町溫泉鄉1小時50分鐘	大町市信濃大町站
中部國際機場	名鐵機場線	名古屋	中央本線 特快信濃號(約2小時)			

搭乘高速 特快巴士前往

東京	新宿(Busta新宿)	高速巴士 白馬新宿線 約4小時	大町市信濃大町站
長野	長野站 東口 25號乘車處	特快巴士長野大町線【雷鳥LINER】約1小時10分鐘	大町市信濃大町站

大町市觀光協會

2025年1月發行

信濃大町

Shinano Omachi



Omachi City Tourism Association



中綱湖



中山高原

春天
spring



農具川



濁沢瀑布



高瀬溪谷

秋天
autumn



黒部水庫

大町市の 四個季節

In Shinano Omachi Meet the four seasons



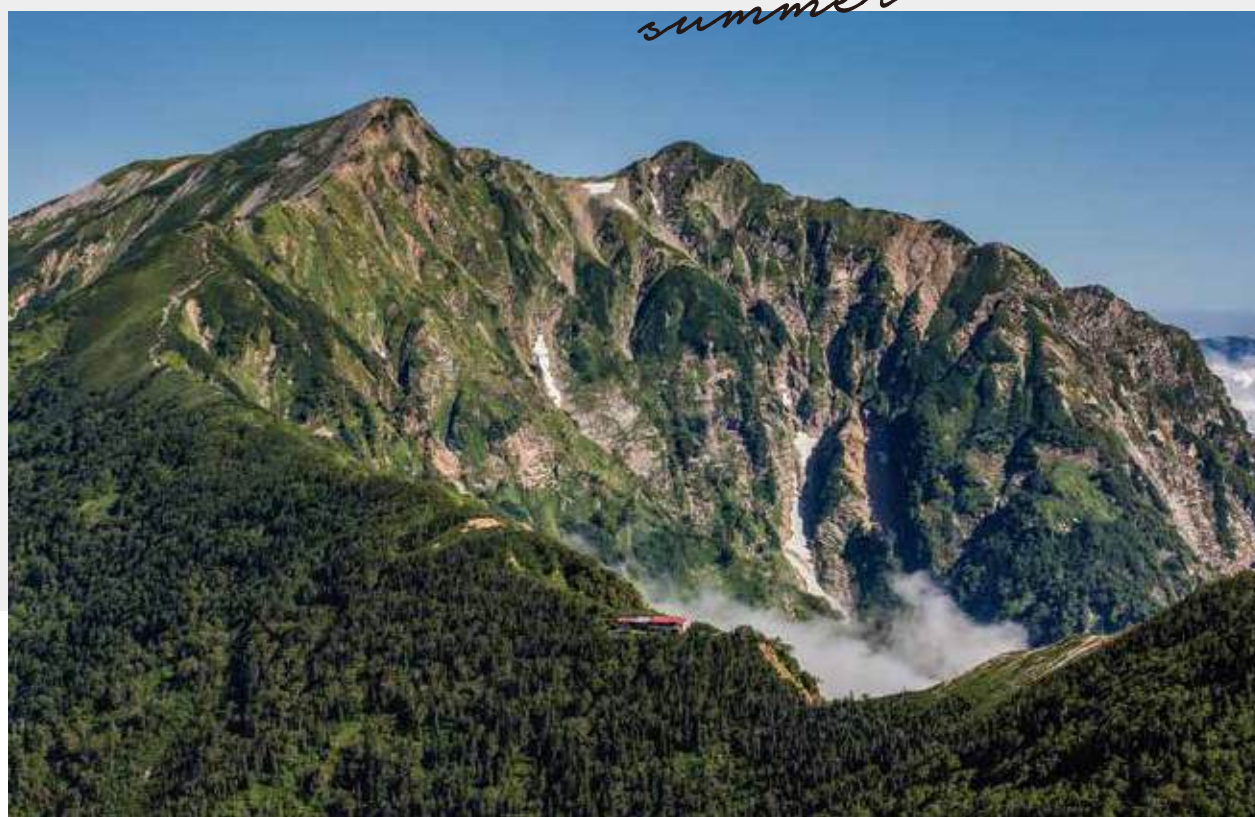
木崎湖

青木湖



夏天
summer

從爺岳遠眺鹿島槍



冬天
winter



鹿島槍滑雪場

立山黑部阿爾卑斯路線

從大町出發，
巡遊日本最高的
黑部水庫與沿途美景之旅

從長野縣大町市「扇澤站」
前往黑部水庫，
搭乘巴士只要約16分鐘！

1 黑部水庫

歷經長達7年的艱鉅工程，終於完工的穹頂拱壩式超流型翼壩。每年都會舉行觀光放水，每秒10噸以上的放水量氣勢浩蕩、撼動人心。

觀光期間 4月中旬-11月30日

觀光放水期間 6月26日-10月15日

立山黑部阿爾卑斯路線可搭乘登山纜車、空中纜車與巴士等各式各樣的交通工具移動，深入感受沿途的大自然。立山連峰的群山景色美得令人為之屏息。歡迎帶著相機親自造訪！

2 立山空中纜車(黑部平)

運行於大觀峰與黑部平之間的無支柱式空中纜車，可謂是名副其實的「移動展望台」。遊客可徜徉在360度的壯闊全景中，享受約7分鐘的空中散步。



3 雪之大谷

因除雪作業而形成的雪壁，最高甚至可達20公尺。綿延約500公尺的「雪之大谷」會在每年的4月中旬到6月中旬開放通行。

4 御庫裏池

從室堂巴士總站步行約10分鐘。所在位置標高2,405公尺，周長約630公尺、水深15公尺。初夏與秋季分別能欣賞到雪溪與紅葉美景，池畔景緻同樣也是一絕。



立山黑部阿爾卑斯路線連結富山與大町。最大看點莫過於擁有高達186公尺的日本最高堤壩的黑部水庫。過了黑部水庫後，可轉搭登山纜車或空中纜車前往標高2,450公尺的室堂平，之後在彌陀原等美景夾道相迎下，前往富山縣。

立山黑部阿爾卑斯路線 觀光期間

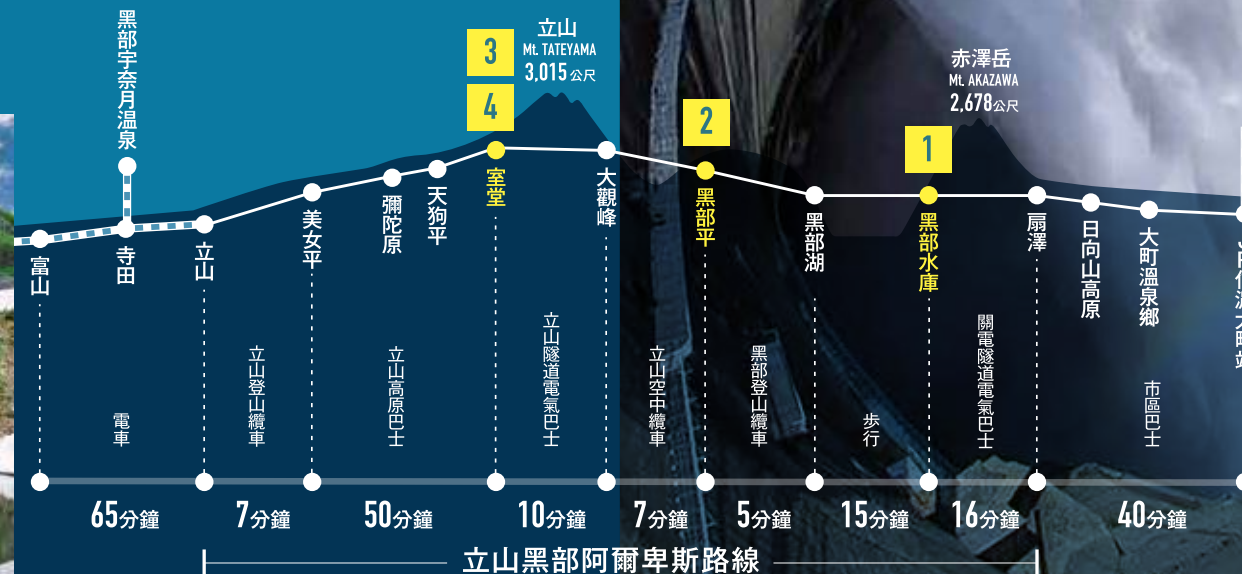
4月中旬-11月30日

觀光資訊
請從這裡確認

立山黑部
阿爾卑斯路線



黑部水庫



「扇澤站」是立山黑部阿爾卑斯路線的長野縣方面玄關口！

1樓為售票處 2樓的餐廳可以品嚐到黑部水庫咖哩等美食。
※設有停車場(扇澤站)

如果遇見我，
請跟我打招呼喔！



黑部水庫
吉祥物
「Kuronyon」

盡享「山」之趣。



Enjoy the Mountains!

信濃大町是日本數一數二的山岳地帶。除了有適合新手或闔家出遊的健行路線，當然也少不了登山高手專用的路線，整頓完善的登山環境，無論男女老少都能盡興而歸。沿途可將早中晚不同風情的山巒景緻拍成照片，或品嚐雪融水，或觀察高山植物，運氣好的話，還有機會一睹岩雷鳥與駒草的風采。

爺岳

[標高：約2,669公尺]

爺岳是由3座峰頂構成。殘雪期時，山峰之間的積雪形狀猶如播種老爺爺，因而得名。

01 健行

鷹狩山・靈松寺健行路線的魅力，就在於從鷹狩山展望台眺望到的北阿爾卑斯山景色及靈松寺的紅葉等。另外還有多條能夠欣賞四季嬗遞美景的健行路線。



02 鹿島槍岳

[標高：約2,889公尺]

鹿島槍岳是由南、北2座山峰與連結雙峰的U型稜線所構成的雙耳峰，景色美不勝收。從山麓望過去，左有爺岳、右有五龍岳鎮守兩側，堪稱是安曇野第一名峰。



03 針之木岳

[標高：約2,821公尺]



位在後立山連峰的南部，可將北阿爾卑斯山全域景色盡收眼底。山名「針之木」是取自生長於附近一帶的「赤楊」日文諧音。

04 烏帽子岳

[標高：約2,628公尺]



烏帽子岳位在北阿爾卑斯山的中段。山頂一帶有塊直立的柱狀岩石，通往該處的稜線路段是北阿爾卑斯山的三大陡坡之一。

05 餓鬼岳

[標高：約2,647公尺]



山名的由來有一說是取自「崖岳」的日文諧音，另外也有餓鬼（飢餓）傳說。山頂周邊有駒草的群聚地，優美景色引人入勝。



咖啡廳

在大町市的咖啡廳，不僅可徜徉在四季的景色當中，還能度過閒適時光。近來「活用信州食材」的特色咖啡廳同樣備受歡迎。



信濃大町有著豐富多元的「美食」。過去從坐擁日本海的糸魚川市運送海鮮、鹽時，都會走千國街道（鹽之道），信濃大町位於該路線的途經之地，自古便因此而匯集各式各樣的山珍海味。這裡還有雪融水形成的清澈湧泉，可用於製作優質的當地酒和蕎麥麵。近來提供黑部水庫咖哩的店家、咖啡廳與甜點店都非常受歡迎。歡迎前來品嚐得天獨厚的豐富資源所孕育出的眾多「美食」！

01 清冽泉水孕育出的蕎麥麵

豐沛的清澈泉水與高標高地理位置所特有的涼爽氣候，共同孕育出信濃大町的蕎麥麵。每到夏季，各地蕎麥田便會綻滿白色小花。不妨搭配山菜天婦羅與菌菇等信州食材一同品嚐！



02 魄力十足的 黑部水庫咖哩

水庫咖哩的擺盤是將白飯圍成水庫壩堤，再以咖哩代表水庫湖。大町市內每間店家提供的水庫咖哩，在食材、擺盤上都不盡相同，不妨多方品嚐比較一番。



03 療癒身心的 甜點



信濃大町有著許多人氣歷久不衰的甜點店，很適合前往購買伴手禮！歡迎來趟信濃大町的甜點巡禮，同時吃遍日式、西式甜點。

04 以湧泉釀造而成的 三酒廠之當地酒與葡萄酒



信濃大町的酒是使用北阿爾卑斯的湧泉水釀造而成的。大町境內有三座充滿個性的釀酒廠。而大町葡萄酒的特色為溫和口感以及爽口酸味。

05 集天地精華的 蔬菜、水果與農作物



豐沛的清流與新鮮的空氣，孕育出信濃大町的蔬菜、水果與稻米。由於早晚溫差極大，使其既鮮甜又有營養。越冬蔬菜便是藉由冬季的寒冷來提升甜度，是唯有信濃大町才能品嚐到的名產。



盡享「湖」之趣。

Enjoy the Lake!

信濃大町擁有仁科三湖，這3座湖泊各具特色。青木湖的湖水從湖底湧出，以無與倫比的透明度著長；木崎湖可讓遊客體驗SUP立式划槳與湖畔露營等戶外活動；中綱湖除了春天的櫻花美景之外，一年四季都能享受釣魚樂趣。信濃大町保留著大自然的豐富景觀，唯有這裡才能實現的體驗活動應有盡有！

沉思的 青木湖

青木湖在仁科三湖中位於北邊，是信濃大町中自然景觀最為豐富、水質最佳的湖泊。初夏時可以欣賞成群飛舞的螢火蟲。



戶外活動勝地的 木崎湖

木崎湖在仁科三湖中位於南邊。由於水溫相對較高，又有淺灘，夏季很適合來此戲水。SUP立式划槳與獨木舟等湖上活動也相當盛行！此外，初夏時分還能欣賞爭相競艷的睡蓮。



中綱湖是仁科三湖中面積最小的湖泊，很適合喜歡靜靜釣魚的旅客。春天會有滿山遍野盛開的大山櫻，是深受攝影師與觀光客喜愛的景點。

休憩的 中綱湖

01

如夢似幻的夏日景色 賞螢遊船

賞螢遊船是一項初夏限定的湖上活動。在這體驗之旅中，遊客可搭乘獨木舟，近距離觀察只棲息在乾淨水源旁的螢火蟲。湖面上翩然起舞的螢火蟲與倒映於水面的光影，醞釀出如夢似幻的美景。



02

清風宜人的 自行車之旅

想要親身感受信濃大町的魅力，自行車會是不錯的選擇。騎上租借的自行車，輕鬆來趟自行車之旅。信濃大町站周邊能欣賞富有歷史風情的街景，還能大啖美食！即使是夏季，馳騁於湖畔時也能感受到涼爽宜人的清風。



03

一年四季皆可體驗的 釣魚樂趣



一年四季皆可在仁科三湖享受釣魚樂趣。青木湖有西太公魚、珠星三塊魚與紅鉤吻鮭，木崎湖有西太公魚、鱒魚與大口黑鱸，中綱湖則能釣到高身鯽與鯽魚等魚類。

04

大人小孩與寵物都能一起同樂的 SUP立式划槳



SUP立式划槳是站在類似衝浪板的板子上，在水面划動船槳前進的戶外活動。由於十分平穩且具有浮力，即使是新手也能樂在其中。

05

與家人共創回憶的 湖畔露營



青木湖與木崎湖設有湖畔露營場，一年四季均營業。在夏季依舊涼爽宜人、綠木成蔭的湖畔，可以欣賞感動人心的湖光景色！同時也能享受唯有湖泊才能體驗的水上活動。