



信濃大町

大町簡介

大町市位於長野縣西北部的松本平和白馬之間，西部有高達3,000公尺左右的北阿爾卑斯山岳連綿起伏，被稱為「北阿爾卑斯一番街(第一街)」。大町市區海拔700多公尺，擁有水面上倒映著北阿爾卑斯群山的仁科三湖與水壩，以及得天獨厚的豐富天然溫泉，加上地理環境優越，具備一年四季作為山岳旅遊城市的條件。此外，也以立山黑部阿爾卑斯山脈路線的登山口而遠近馳名。

<http://www.kanko-omachi.gr.jp/tw/>



立山黑部
阿爾卑斯山脈
路線

邀您親臨絕景，一起漫步雲端仙境！
感受大自然的鬼斧神工！



大雪谷

立山為世界上有數的豪雪地區,平均積雪為7公尺深。此處積雪量多時為20公尺深,相當十層樓高。可於此處漫步在500公尺迫力十足的雪壁中享受「大雪谷散步」之樂。4月中旬開通時觀賞到的雪壁會漸漸地變低,但可觀賞至6月底。同時可享受玩雪橇等玩雪的樂趣。

立山黑部阿爾卑斯山脈路線長約100公里,貫穿北阿爾卑斯,連接大町和富山兩地。可從大町方向的登山口扇澤,換乘無軌電車、地下纜車和空中纜車等交通工具,到達位於阿爾卑斯山脈路線中心的室堂。

當360°的全景呈現在眼前,那無法用言語形容的悸動,是金錢難以買到的。從4月全線開通到5月下旬,除部分期間之外,皆可在雪壁中漫步,積雪最高時達20公尺。

營業時間:4月16日(2015年的預定)~11月30日水庫洩洪期間:6月26日~10月15日



六個日本第一

大觀峰

由車站的屋頂展望台，可眺望日本阿爾卑斯山脈及黑部水庫之壯觀全景，是阿爾卑斯山脈路線中屈指可數之美景。



黑部平

出車站處有座庭園，可眺望雄偉山脈及黑部湖的美麗景色。同時也有高山植物觀察園。



御庫裏池

室堂代表的美景。每年6月之後，立山火山的蔚藍色火口湖面，將如鏡面般倒映著美麗立山。御庫裏池的古名為「御廚之池」，當時利用此池水來烹調祀奉立山神之料理。周圍的臥藤松叢中常有雷鳥潛伏，高山植物也十分豐富，非常適合散策踏青。水庫洩洪期間：6月26日～10月15日

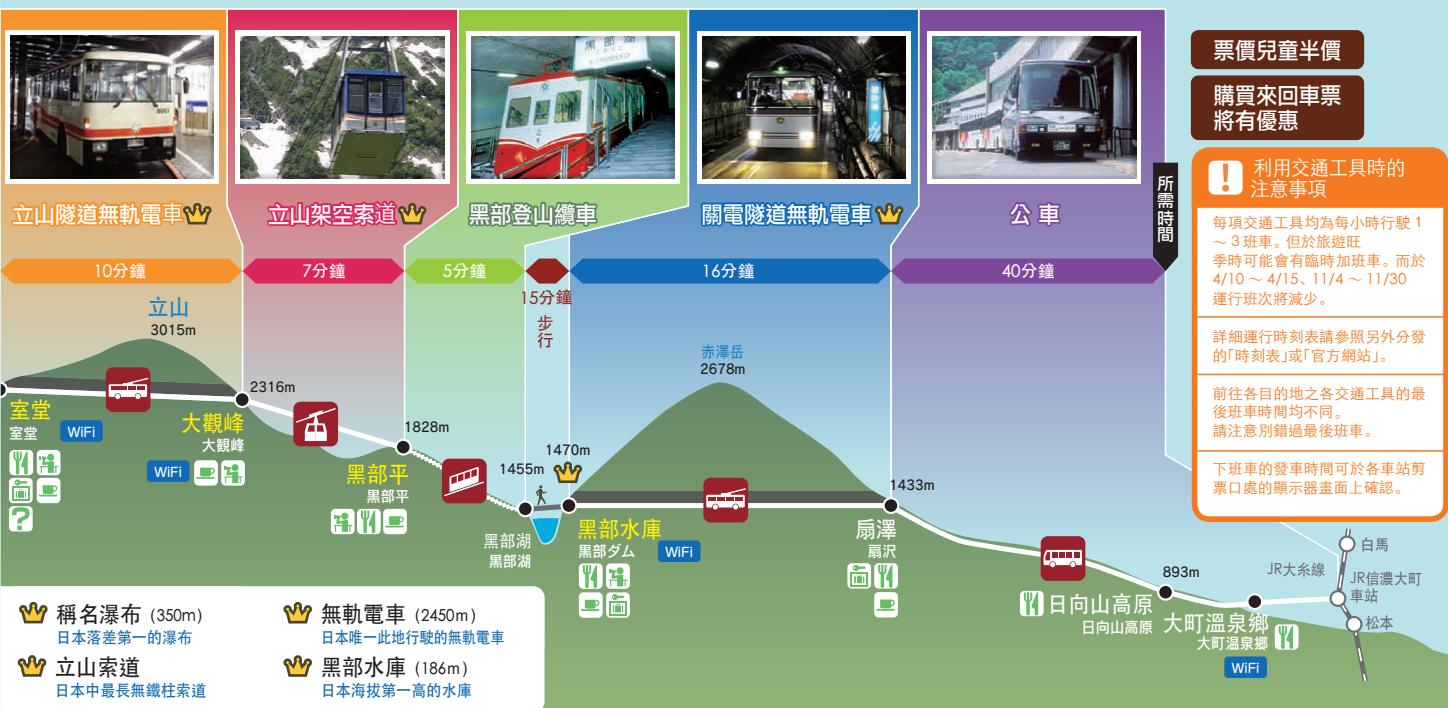


黑部水庫

經過艱難的建設工程後而完成的日本最高黑部水庫(海拔186公尺)

6月26日～10月15日可觀賞振憾力十足的水庫洩洪。
巨木茂盛的湖畔旁也設有散步道。
另外也可搭乘日本第一高處的遊覽船「Garve」游湖一周。

紅葉：10月



溫泉・住宿



俗話說「有名峰處必有名泉」，大町的溫泉也是一絕。首先介紹大町溫泉鄉。北阿爾卑斯融化的雪水匯合成的清流岸邊，順著阿爾卑斯山脈沿線有16家飯店、旅館和民宿恭候著遊客。在以莊嚴秀麗的北阿爾卑斯群山為背景的落葉松林、赤松林、白樺林中，各住宿點皆有著寬廣舒適的獨立空間，沉浸於這樣的環境下，身心皆可達到徹底地解放。葛溫泉是歷史上有名的溫泉，據傳自中世紀起，統治本地的豪族便將葛溫泉作為溫泉療養所。葛溫泉一直以極富療效的溫泉而受到人們的喜愛，在高瀨溪谷裡，葛溫泉至今仍冒著騰騰熱氣，白煙繚繞。從各住宿點(3間)精心設計的露天溫泉眺望抽芽、新綠、紅葉和雪景等美景，更是至高無價的享受。



住宿

在位於阿爾卑斯山脈路線登山口的大町溫泉鄉，有著附溫泉的日式旅館或飯店，您可利用大型露天溫泉等設施放鬆身心，盡情享受。

阿爾卑斯路線沿途的日向山高原有帶有溫泉的度假飯店。



大町溫泉鄉

林列著和風旅館的溫泉街。最適合前往阿爾卑斯路線途中或回程中的小休息。於被森林自然環繞著景色溫和協調的寧靜溫泉鄉設有純泡湯入浴設施、足浴溫泉、可試飲日本酒的酒之博物館、梵谷喜愛的歌川派(浮世畫)美術館等，非住宿旅客人也可享受遊玩一番。2月的每週六晚上，將舉辦煙花晚會與日式大鼓表演等“大町雪之祭”的相關活動。



仁科三湖



美麻及八阪地區

仁科三湖(木崎湖、中綱湖、青木湖)等處有家族經營的民宿和小旅館。於大町站周邊、美麻及八阪地區也有住宿設施。



葛溫泉

位於美麗高瀨溪谷的秘境溫泉。3間旅館皆熱水量豐富，可邊眺望著完美無緻的紅葉，邊享受的露天浴池別有一番情趣。也可享用岩魚、山菜等日本料理。(所有的設施都只能使用日文)

戶外活動



來一起探訪北阿爾卑斯山麓、參加在大町市舉辦的大自然中的活動、以及輕鬆體驗各種日本文化吧。



獨木舟

是在木崎湖・青木湖所舉辦的水上娛樂。提供皮艇、獨木舟(5月～10月)。

在北阿爾卑斯的清泉湧入的美麗湖泊上，享受觀光船的悠閒時光。



遊船賞螢

這是青木湖上的季節限定活動(7月中旬～8月下旬)。僅以提燈的微光，泛遊在靜謐的湖泊中，在前往途中，將可遇見成群的螢火蟲。請勿錯過這只有湖上才見得到的珍貴行程。



自行車運動

在大町曾舉辦大規模的循環公路賽，市內有各式整備齊全的路線。邊眺望著北阿爾卑斯山脈邊騎著自行車於仁科三湖畔的輕鬆路線，或可挑戰難度高的路線。各處都有可隨時租借的出租自行車處。

泛舟

在源自北阿爾卑斯的清流中，享受泛舟帶來的驚險刺激吧！約半天的行程(5月～10月)。



和紙製作體驗

可以體驗以本區域的傳統工藝技術，製作日本明信片大小的和紙(須預約)。日本的「手工製和紙技術」於2014年列為世界無形文化遺產。

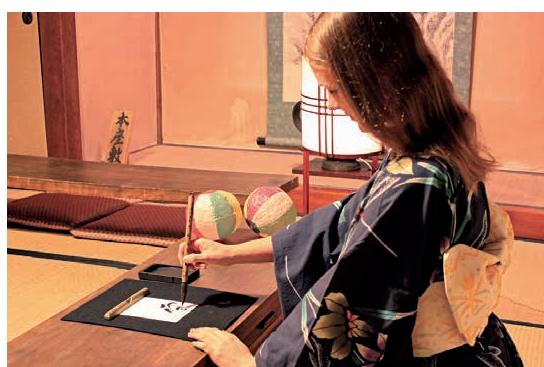
試飲在地酒

在位於大町溫泉鄉的「酒之博物館」，不僅可欣賞各種釀酒工具，而且還可試飲日本酒。



日本武士的體驗

可在日本的傳統建築內，身穿劍道服拍攝紀念照、品嚐日式抹茶等。



以壯麗的北阿爾卑斯為背景，在銀白色的滑雪場上，悠閒自在地享受滑雪和雪地滑板。請在大町市盡享冬季樂趣吧！

滑雪場



鹿島槍滑雪場

除了全長5公里的長滑雪道外，另擁有22道滑雪路線的正式的滑雪場。可體驗雪鞋等各種活動，12月下旬～3月中旬也有夜間營業。可從信濃大町車站、大町溫泉鄉搭乘免費接駁巴士前往。

爺之岳滑雪場

深受小朋友歡迎的兒童專用滑雪場和視野良好的平緩斜面最適合親子家族或團體。由大町溫泉鄉搭計程車10分鐘即可到達，運動後可泡溫泉消除疲勞。

YANABA SNOW PARK 滑雪場

擁有極佳青木湖眺望景觀的滑雪場，其廣受好評的滑雪道及場地不論年齡或滑雪技術每人都可盡興遊玩。滑雪場內就有JR火車站，同時位於一般國道148號旁，不論搭電車或開車都非常方便。

自古代相傳的商店
祭典。商店街成員在
露天市集等地販賣一
些傳統的糖果及零食
等，且可與當地居民
互動。

傳統和式雪鞋體驗

穿著自古以來雪的國度廣泛被使用的道
具「雪輪」一起遊玩吧！

冬之幻想曲 大町雪祭

於每年2月舉行
除以下的活動以外，長野縣各地
也舉行各式各樣的活動。
・大町溫泉鄉「夢煙火與音響的祭
典」：每週六舉行可一起欣賞大町
傳統的大鼓和煙火。





餐廳

伴手禮

光臨大町時，請您必品嘗由清澈水流和空氣所釀造出的大町美味食品。還有許多歷史悠久的工芸品。

品嚐當地的「和食」。

「和食；日本人的傳統飲食文化」，聯合國教科文組織於2013年將此列為世界無形文化遺產。



信濃大町的本地酒

大町市裡有三座擁有淳古傳統的酒窖。北阿爾卑斯山麓下到處都有山上的積雪融化後的泉水和使用此清澈的水所製造的“酒米”結合杜康們的技術而釀造出馥郁香醇的日本酒。“信濃大町的本地酒”是我們引以為傲的珍品。於市內的商店即可購買。

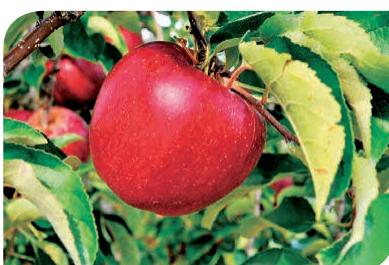


蕎麥麵

詢問日本人長野縣有名的食物是什麼、最多的答案一定為「蕎麥麵」。於大町也有歷史悠久的美味蕎麥麵店。

木炭灰日式煎餅

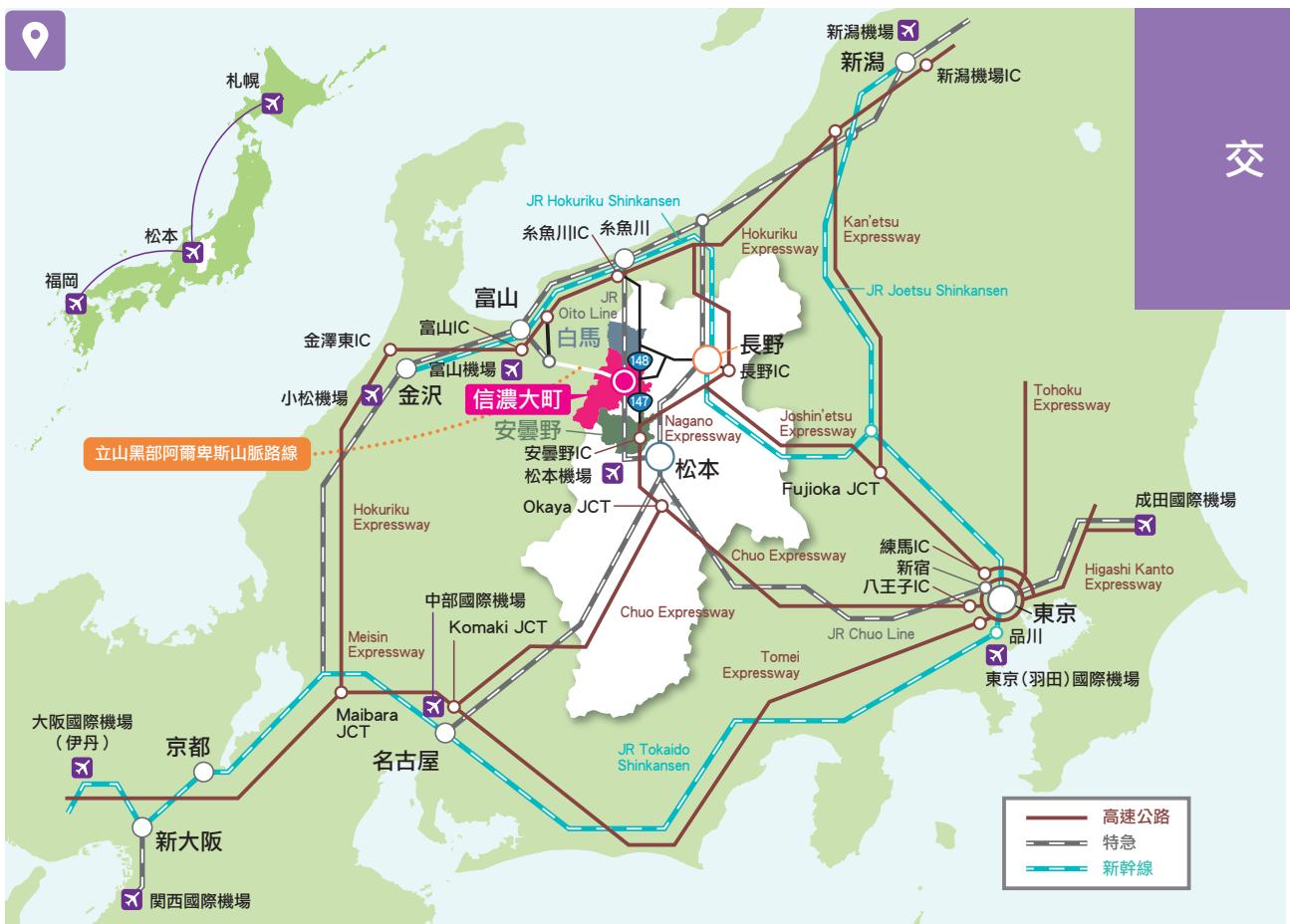
「御燒(日式煎餅)」是以麵粉做的皮，包著野澤菜、南瓜、蘿蔔乾、茄子等蔬菜的餡來烤，是長野縣的道地美食。以地爐中蓋木炭灰來烤的日式煎餅是此地區的名產。



蘋果

於在北阿爾卑斯的山麓下，海拔600～750公尺的大町市白天和晚上的溫差大且有清澄的空氣和豐富的水流，應可栽培出美味的蘋果。長野的獨創品種「信濃 SWEET」、「信濃 GOLD」、可長期保存的「富士」等於9月到11月可收穫多種類的蘋果。

交通

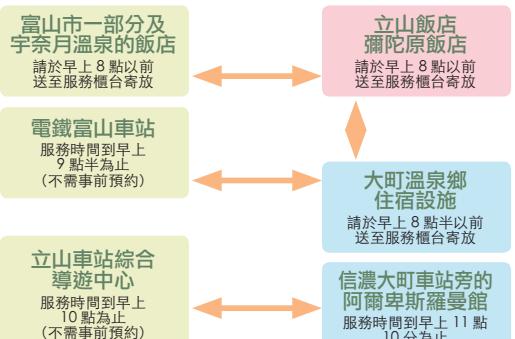


從信濃大町出發

在信濃大町車站外，可看到以下的多種語言指南版。



手提行李托運服務



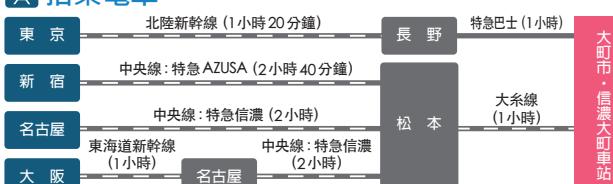
每件行李需1230 ~ 1750日圓。
依地點、行李將於當天15 ~ 17點以後到達。
服務時間：4月16日~ 11月10日(立山飯店、彌陀原飯店為5月上旬~ 11月10日)

立山黑部服務株式會社 阿爾卑斯、運輸服務
電話 +81-76-464-1788 / 傳真 +81-76-464-1033



交通

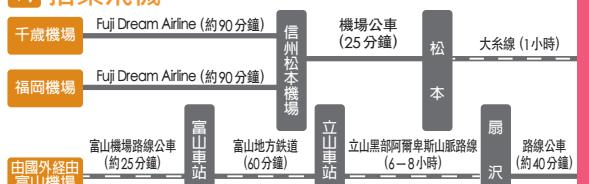
搭乘電車



搭乘公車

新宿 → 新宿駅西口 → 高速公路客運 白馬-新宿線 (約4小時)

搭乘飛機



大町町・信濃大町車站