

令和4年度地域観光資源の中国語解説整備支援事業 実施地域一覧

地域 番号	カテゴリ	都道府県	地域協議会名	英語解説文 作成年度	英語事例集 対応番号
009	(6 地域 自然)	青森県	種差海岸インフォメーションセンター運営協議会	令和2年度	052
010		福島県	浄土平集団施設地区運営協議会	令和3年度	017
011		長野県 岐阜県	中部山岳国立公園南部地域利用推進協議会	令和3年度	020
012		島根県	大山隠岐国立公園(真庭市)	令和2年度	059
013		香川県	屋島地域多言語解説検討協議会	令和3年度	022
014		鹿児島県	公益財団法人屋久島環境文化財団	令和2年度	062

地域番号	009	協議会名	種差海岸インフォメーションセンター運営協議会
------	-----	------	------------------------

解説文一覧

NO.	スポット名 (タイトル)	中国語文字数	想定媒体
009-001	蕪島 (ナレーション)	1255	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-002	葦毛崎展望台 (ナレーション)	1180	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-003	中須賀 (ナレーション)	795	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-004	大須賀海岸 (ナレーション)	550	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-005	白浜海水浴場 (ナレーション)	680	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-006	田村崎 (ナレーション)	495	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-007	白岩 (ナレーション)	500	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-008	淀の松原 (ナレーション)	650	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-009	こうもり穴と仙人窟 (ナレーション)	205	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-010	種差天然芝生地 (ナレーション)	1095	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-011	巖島神社 (ナレーション)	665	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-012	館神社	460	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他

009-013	寺下観音	665	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-014	灯明堂	275	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-015	五重塔跡	180	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他
009-016	潮山神社	420	看板、 アプリ/QR、 WEB、その他

【タイトル】 蕨島（ナレーション）

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

蕨島

<应用程序・二维码、网页、其他>

欢迎来到陆奥潮风步道的北端起点——蕨岛。这条自然步道从青森县八户市开始，沿太平洋海岸一路往南，最终抵达福岛县相马市，全长约 1000 公里。

蕨岛是八户人心目中的圣地。过去，这里的渔民把在此繁殖的黑尾鸥（Larus crassirostris，日语称“海猫”）看作神的信使，认为见到它意味着渔获丰收。山顶有座蕨嶋神社，最初建于 1269 年。神社供奉的弁财天[※]不仅是艺术、智慧和航海之神，甚至还能保佑股票和自身价值的上升。

神社在 2015 年遭焚毁，历经 5 年重建，于 2020 年再度开放。

2 月至 8 月间来到蕨岛，一眼望去就是数不清的黑尾鸥，此时正值它们的繁殖季节。蕨岛是这种海鸥的重要产卵地，1922 年被指定为国家自然纪念物。每年来岛产卵的黑尾鸥多达 4 万只，相隔很远就能听到它们如猫一般鸣叫。如果被鸟屎击中，据说会有好运降临，但不想中彩的来访者可以在通往神社的台阶旁取用雨伞。

想要了解蕨岛历史、黑尾鸥以及其它方面的更多相关信息，可以前往附近的蕨岛休息区。

交通：铁路 JR 八户线鮫站下车后步行约 15 分钟到达；种差海岸游览巴士黑尾鸥号（うみねこ号）蕨岛海滨公园站下车。

※弁财天：最早源于印度教的女神，创世神梵天的妻子。在中国佛教中被称为辩才天女、吉祥天女，传入日本后进而成为民间信仰的“七福神”之一，是其中唯一的女神。

<旁白・字幕>

欢迎来到陆奥潮风步道的北端起点——蕨岛。这条自然步道从青森县八户市开始，沿太平洋海岸一路往南，最终抵达福岛县相马市，全长约 1000 公里。

蕨岛是八户人心目中的圣地。过去，这里的渔民把在此繁殖的黑尾鸥，即日语中的“海猫”看作神的信使，认为见到它意味着渔获丰收。山顶有座蕨嶋神社，最初建于 1269 年。神社供奉的弁财天是艺术、智慧和航海之神。

神社在 2015 年遭焚毁，历经 5 年重建，于 2020 年再度开放。

2 月至 8 月间来到蕨岛，一眼望去就是数不清的黑尾鸥，此时正值它们的繁殖季节。蕨岛是这种海鸥的重要产卵地，1922 年被指定为国家自然纪念物。每年来岛产卵的黑尾鸥

多达 4 万只，相隔很远就能听到它们如猫一般鸣叫。如果被鸟屎击中，据说会有好运降临，但不想中彩的来访者可以在通往神社的台阶旁取用雨伞。

想要了解**芜岛历史**、**黑尾鸥**以及其它方面的更多相关信息，可以前往附近的**芜岛**休息区。

<看板>

欢迎来到**陆奥潮风**步道的北端起点——**芜岛**。这条自然步道从**青森县八户市**开始，沿太平洋海岸一路往南，最终抵达**福岛县相马市**，全长约 1000 公里。

芜岛是八户人心目中的圣地。过去，这里的**渔民**把在此繁殖的**黑尾鸥**（*Larus crassirostris*，日语称“海猫”）看作神的信使，认为见到它意味着**渔获丰收**。山顶有座**芜嶋神社**，初建于 1269 年。神社供奉的**弁财天**不仅是**艺术、智慧和航海之神**，甚至还能保佑**股票和自身价值的上升**。

2 月至 8 月正值**黑尾鸥**的繁殖季节。**芜岛**是这种**海鸥**的重要产卵地，1922 年被指定为**国家自然纪念物**。来**岛产卵**的**黑尾鸥**多达 4 万只。

如想了解**芜岛历史**、**黑尾鸥**以及其它方面的更多相关信息，可以前往附近的**芜岛**休息区。

<繁体字>

蕪島

<應用程式・QR code、網頁、其他>

歡迎來到**陸奥潮風**步道的北端起點——**蕪島**。這條自然步道從**青森縣八戶市**開始，沿太平洋海岸一路往南，最終抵達**福島縣相馬市**，全長約 1000 公里。

蕪島是八戶人心目中的聖地。過去，這裡的**漁民**把在此繁殖的**黑尾鷗**（*Larus crassirostris*，日語為「海貓」）看作神的信使，認為見到牠意味著**漁獲豐收**。山頂有座**蕪嶋神社**，最初建於 1269 年。神社供奉的**弁財天***不僅是**藝術、智慧和航海之神**，甚至還能保佑**股票上漲和自我價值的提升**。

神社在 2015 年遭焚毀，歷經 5 年重建，於 2020 年再度開放。

每年 2 月至 8 月正值**黑尾鷗**的繁殖季節，若是在此時拜訪**蕪島**，一眼望去就是數不清的**黑尾鷗**。**蕪島**是**黑尾鷗**的重要產卵地，1922 年被指定為**國家自然紀念物**。每年來島產卵的**黑尾鷗**多達 4 萬隻，從遠處就能聽到牠們如貓般的鳴叫。據說如果被鳥糞擊中，則會有**好運降臨**。想避免鳥糞的遊客，可以在通往神社的**臺階**旁借用**雨傘**。

想要瞭解**蕪島歷史**、**黑尾鷗**以及其他方面的更多相關資訊，可以前往附近的**蕪島**休息區。

交通：鐵路 **JR 八戶線**鮫站下車後步行約 15 分鐘到達；搭乘**種差海岸遊覽巴士****黑尾鷗號**（うみねこ号）至**蕪島海濱公園**站下車。

※弁財天：最早源於印度教的女神，創世神梵天的妻子。在中國佛教中被稱為辯才天女、吉祥天女，傳入日本後進而成為民間信仰的「七福神」之一，是其中唯一的女神。

<旁白・字幕>

歡迎來到陸奧潮風步道的北端起點蕪島。這條自然步道從青森縣八戸市開始，沿太平洋海岸一路往南，最終抵達福島縣相馬市，全長約 1000 公里。

蕪島是八戸人心目中的聖地。過去，這裡的漁民把在此繁殖的黑尾鷗，即日語中的「海貓」看作神的信使，認為見到牠意味著漁獲豐收。山頂有座蕪嶋神社，最初建於 1269 年。神社供奉的弁財天被視為是藝術、智慧和航海之神。

神社在 2015 年遭焚毀，歷經 5 年重建，於 2020 年再度開放。

每年 2 月至 8 月正值黑尾鷗的繁殖季節，若是在此時拜訪蕪島，一眼望去就是數不清的黑尾鷗。蕪島是黑尾鷗的重要產卵地，1922 年被指定為國家自然紀念物。每年來島產卵的黑尾鷗多達 4 萬隻，從遠處就能聽到牠們如貓般的鳴叫。如果被鳥糞擊中，則據說會有好運降臨。想避免鳥糞的遊客，可以在通往神社的臺階旁借用雨傘。

想要瞭解蕪島歷史、黑尾鷗以及其他方面的更多相關資訊，可以前往附近的蕪島休息區。

<看板>

歡迎來到陸奧潮風步道的北端起點——蕪島。這條自然步道從青森縣八戸市開始，沿太平洋海岸一路往南，最終抵達福島縣相馬市，全長約 1000 公里。

蕪島是八戸人心目中的聖地。過去，這裡的漁民把在此繁殖的黑尾鷗（*Larus crassirostris*，日語為「海貓」）看作神的信使，認為見到牠意味著漁獲豐收。山頂有座蕪嶋神社，初建於 1269 年。神社供奉的弁財天不僅是藝術、智慧和航海之神，甚至還能保佑股票上漲和自我價值的提升。

每年 2 月至 8 月正值黑尾鷗的繁殖季節。蕪島是這種海鷗的重要產卵地，1922 年被指定為國家自然紀念物。每年來島產卵的黑尾鷗多達 4 萬隻。

如想瞭解蕪島歷史、黑尾鷗以及其他方面的更多相關資訊，可以前往附近的蕪島休息區。

<日本語仮訳>

蕪島

<WEB、アプリ・QRコード、その他>

みちのく潮風トレイルの最北端「蕪島」へようこそ。この自然歩道は青森県八戸から南へ太平洋沿岸を通過して福島県相馬市まで続き、全長約 1000 キロにのびます。

蕪島は八戸地域の住民に神聖な場所と考えられています。昔、漁師たちはここに巣を作るウミネコ（学名：*Larus crassirostris*、日本語で「海の猫」の意）を豊漁の吉兆を告げる神の使いと考えていました。丘の上には、1269 年に創建された蕪嶋神社があります。この神社は、芸術、知恵、航海

の神である弁財天^{*}を祀っており、株価と自身の株を上げる「かぶあがり祈願」で有名です。

この神社は 2015 年に火災で焼失したものの、5 年の歳月をかけて再建され、2020 年に再び参拝できるようになりました。

2 月から 8 月にかけて蕪島を訪れる人が最初に目にするのは、この時期ここに巣を作る大量のウミネコです。ウミネコの重要な繁殖地である蕪島は、1922 年に国の天然記念物に指定されました。4 万羽ものウミネコが繁殖のために蕪島に飛来し、その猫のような鳴き声はかなり遠くからでも聞こえます。ウミネコのフンが当たると縁起が良いと言われていますが、降ってくるフンを避けたいなら、神社に続く階段付近に置かれている傘を利用してください。

蕪島の歴史やウミネコなどについてより詳しく知りたい人は、近くにある蕪島休憩所を訪ねましょう。

アクセス：JR 八戸線鮫駅から徒歩 15 分。種差海岸遊覧バスうみねこ号「蕪島海浜公園」下車。

※弁財天：インド神話の女神で、創造主・梵天の妻。中国仏教では「弁才天女」または「吉祥天女」と呼び、日本では七福神の 1 つに数えられ、唯一の女神として信仰されている。

<ナレーション・字幕>

みちのく潮風トレイルの最北端「蕪島」へようこそ。この自然歩道は青森県八戸から南へ太平洋沿岸を通過して福島県相馬市まで続き、全長約 1000 キロにのびます。

蕪島は八戸地域の住民に神聖な場所と考えられています。昔、漁師たちはここに巣を作り、日本語で「海の猫」を意味するウミネコを豊漁の吉兆を告げる神の使いと考えていました。丘の上には、1269 年に創建された蕪島神社があります。この神社は、芸術、知恵、航海の神である弁財天を祀っています。

この神社は 2015 年に火災で焼失したものの、5 年の歳月をかけて再建され、2020 年に再び参拝できるようになりました。

2 月から 8 月にかけて蕪島を訪れる人が最初に目にするのは、この時期ここに巣を作る大量のウミネコです。ウミネコの重要な繁殖地である蕪島は、1922 年に国の天然記念物に指定されました。4 万羽ものウミネコが繁殖のために蕪島に飛来し、その猫のような鳴き声はかなり遠くからでも聞こえます。ウミネコのフンが当たると縁起が良いと言われていますが、降ってくるフンを避けたいなら、神社に続く階段付近に置かれている傘を利用してください。

蕪島の歴史やウミネコなどについてより詳しく知りたい人は、近くにある蕪島休憩所を訪ねましょう。

<看板>

みちのく潮風トレイルの最北端「蕪島」へようこそ。この自然歩道は青森県八戸から南へ太平洋沿岸を通過して福島県相馬市まで続き、全長約 1000 キロにのびます。

蕪島は八戸地域の住民に神聖な場所と考えられています。昔、漁師たちはここに巣を作るウミネコ（学名：Larus crassirostris、日本語で「海の猫」の意）を豊漁の吉兆を告げる神の使いと考えていました。丘の上には、1269 年に創建された蕪島神社があります。この神社は、芸術、知恵、航海の神である弁財天を祀っており、株価と自身の株を上げる「かぶあがり祈願」で有名です。

2 月から 8 月にかけての時期はウミネコが巣作りのシーズンに当たります。ウミネコの重要な繁殖地である蕪島は、1922 年に国の天然記念物に指定されました。4 万羽ものウミネコが繁殖のために蕪島に飛来します。

蕪島の歴史やウミネコなどについてより詳しく知りたい人は、近くにある蕪島休憩所を訪ねましょう。

【タイトル】 葦毛崎展望台（ナレーション）

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

葦毛崎观景台

<应用程序・二维码、网页、其他>

葦毛崎观景台是一座城堡式建筑，坐落于葦毛崎海岬的崎岖悬崖之上，从高于海平面22米处俯视着种差海岸。观景台旁连绵起伏的草场曾是牧马场，当年在这里畜养了许多灰花马，“葦毛”在日语里就是形容灰花色的马毛。

站在葦毛崎，可以将太平洋和陆奥潮风步道八户段的壮阔全景尽收眼底。这座观景台在江户时代(1603-1867)是用来追踪外国船只动向的瞭望台，二战时则是装备了防空雷达的海军无线电基地。这一带时常被笼罩在海面漫延的雾气里，但一旦放晴，视野极佳，往北可见下北半岛，往西可及八甲田山脉，东南方向则是高耸的阶上岳。不远处白色的鲛角灯塔名列“日本灯塔50选”，建于1938年，至今仍在在使用。

气候温暖的6月至8月间，草场上星星点点到处可见黄色的大苞萱草(Hemerocallis middendorffii)和紫色的玉蝉花(Iris ensata Thunb. var. spontanea)。停车场旁的Hulunbuir咖啡馆在夏季供应冰淇淋。

沿着从观景台出发的步道可以到达中须贺。

<旁白・字幕>

葦毛崎观景台是一座城堡式建筑，坐落于葦毛崎海岬的崎岖悬崖之上，从高于海平面22米处俯视着种差海岸。观景台旁连绵起伏的草场曾是牧马场，当年在这里畜养了许多灰花马，“葦毛”在日语里就是形容灰花色的马毛。

站在葦毛崎，可以将太平洋和陆奥潮风步道八户段的壮阔全景尽收眼底。这座观景台在江户时代是用来追踪外国船只动向的瞭望台，二战时则是装备了防空雷达的海军无线电基地。这一带时常被笼罩在海面漫延的雾气里，但一旦放晴，视野极佳，往北可见下北半岛，往西可及八甲田山脉，东南方向则是高耸的阶上岳。不远处白色的鲛角灯塔建于1938年，至今仍在在使用。

气候温暖的6月至8月间，草场上星星点点到处可见黄色的大苞萱草和紫色的玉蝉花。停车场旁的Hulunbuir咖啡馆在夏季供应冰淇淋。

沿着从观景台出发的步道可以到达中须贺。

<看板>

葦毛崎观景台是坐落于葦毛崎海岬之上的城堡式建筑，从高于海平面 22 米的崎岖悬崖之上，俯视种差海岸。观景台旁的草场曾是牧马场，“葦毛”在日语里就是形容灰花色的马毛。

站在葦毛崎，可以将太平洋和陆奥潮风步道八户段的壮阔全景尽收眼底。这座观景台在江户时代(1603-1867)是用来追踪外国船只动向的瞭望台，二战时则是海军无线电基地。这里晴天视野极佳，往北可见下北半岛，往西可及八甲田山脉，东南方向则是高耸的阶上岳。不远处白色的鲛角灯塔建于 1938 年，名列“日本灯塔 50 选”。

气候温暖的 6 月至 8 月间，草场上星星点点到处可见黄色的大苞萱草(Hemerocallis middendorffii)和紫色的玉蝉花(Iris ensata Thunb. var. spontanea)。停车场旁的 Hulunbuir 咖啡馆在夏季供应冰淇淋。沿着从观景台出发的步道可以到达中须贺。

<繁体字>

葦毛崎觀景台

<應用程式・QR code、網頁、其他>

葦毛崎觀景台是一座城堡式建築，坐落於葦毛崎海岬的崎嶇懸崖之上，從海拔 22 公尺處俯視著種差海岸。觀景台旁連綿起伏的草原曾是牧馬場，當年在這裡畜養許多灰花馬，「葦毛」在日語裡用來形容灰花色的馬毛。

站在葦毛崎，可以將太平洋和陸奧潮風步道八戶段的壯闊全景盡收眼底。這座觀景台在江戶時代（1603-1867）是用來監看外國船隻的瞭望台，二戰時則是裝備了防空雷達的海軍無線電基地。這一帶海面經常霧氣瀰漫，但一旦天氣晴朗，視野極佳，可以看到北方的下北半島，以及西方的八甲田山脈，也可以看到位在東南方高聳的階上岳。不遠處白色的鮫角燈塔名列「日本燈塔 50 選」，建於 1938 年，至今仍然在運作。

氣候溫暖的 6 月至 8 月間，草場上到處可見黃色的大苞萱草（Hemerocallis middendorffii)和紫色的玉蟬花（Iris ensata Thunb. var. spontanea）。停車場旁的 Hulunbuir 咖啡館在夏季提供霜淇淋。

沿著觀景台出發的步道可以到達中須賀。

<旁白・字幕>

葦毛崎觀景台是一座城堡式建築，坐落於葦毛崎海岬的崎嶇懸崖之上，從海拔 22 公尺處俯視著種差海岸。觀景台旁連綿起伏的草原曾是牧馬場，當年在這裡畜養許多灰花馬，「葦毛」在日語裡用來形容灰花色的馬毛。

站在葦毛崎，可以將太平洋和陸奧潮風步道八戶段的壯闊全景盡收眼底。這座觀景台在江戶時代是用來監看外國船隻的瞭望台，二戰時則是裝備了防空雷達的海軍無線電基地。這一帶海面經常霧氣瀰漫，但一旦天氣晴朗，視野極佳，可以看到北方的下北半島，以及西方的八甲田山脈，也可以看到位在東南方高聳的階上岳。不遠處白色的鮫角燈塔建於 1938 年，至今仍在運作。

氣候溫暖的 6 月至 8 月間，草場上到處可見黃色的大苞萱草和紫色的玉蟬花。停車場旁的 Hulunbuir 咖啡館在夏季提供霜淇淋。

沿著觀景台出發的步道可以到達中須賀。

<看板>

葦毛崎觀景台是坐落於葦毛崎海岬之上的城堡式建築，從海拔 22 公尺的崎嶇懸崖之上俯視種差海岸。觀景台旁的草原曾是牧馬場，「葦毛」在日語裡用來形容灰花色的馬毛。

站在葦毛崎，可以將太平洋和陸奧潮風步道八戸段的壯闊全景盡收眼底。這座觀景台在江戶時代（1603-1867）是用來監看外國船隻的瞭望台，二戰時則是海軍無線電基地。晴天視野極佳，可以看到北方的下北半島，以及西方的八甲田山脈，也可以看到東南方高聳的階上岳。不遠處白色的鮫角燈塔建於 1938 年，名列「日本燈塔 50 選」。

氣候溫暖的 6 月至 8 月間，草場上到處可見黃色的大苞萱草（*Hemerocallis middendorffii*）和紫色的玉蟬花（*Iris ensata* Thunb. var. *spontanea*）。停車場旁的 Hulunbuir 咖啡館在夏季提供霜淇淋。沿著觀景台出發的步道可以到達中須賀。

<日本語仮訳>

葦毛崎展望台

<WEB、アプリ・QRコード、その他>

葦毛崎展望台は、葦毛崎に立つ砦のような建物で、海拔 22 メートルの険しい崖の上から種差海岸を見下ろしています。展望台の周りに広がるなだらかな草原は、かつては馬の放牧地として利用されており、この地域の葦毛崎という呼び名は当時この場所を歩き回っていた葦毛（まだらの灰色の毛）の馬にちなんでつけられました。

葦毛崎からは太平洋とみちのく潮風トレイルの八戸ルートのパノラマ景観が望めます。この展望台は、江戸時代（1603-1867）には外国船の動向を監視するための見張り台として、そして第二次世界大戦中は防空レーダーを備えた海軍の無線基地として使われていました。この地域は海から流れてきた霧に覆われることも珍しくありませんが、晴れた日には北は下北半島、西は八甲田山系まで見晴らすことができます。また、ここからは南東にそびえる階上岳も見えます。近くにある白亜の建物は、1938 年に建てられ、現在でも使用されている鮫角灯台であり、「日本の灯台 50 選」に選ばれています。

暖かい 6-8 月には、草地のあちらこちらに黄色のゼンテイカ（学名： *Hemerocallis middendorffii*）や紫色のノハナショウブ（学名： *Iris ensata* Thunb. var. *spontanea*）が花を咲かせます。夏には、駐車場に隣接するカフェ「ホロンバイル」でアイスクリームを購入できます。

葦毛崎展望台から続く道を進むと、中須賀に到着します。

<ナレーション・字幕>

葦毛崎展望台は、葦毛崎に立つ砦のような建物で、海拔 22 メートルの険しい崖の上から種差海岸を見下ろしています。展望台の周りに広がるなだらかな草原は、かつては馬の放牧地として利用され

ており、この地域の葦毛崎という呼び名は当時この場所を歩き回っていた葦毛（まだらの灰色の毛）の馬にちなんでつけられました。

葦毛崎からは太平洋とみちのく潮風トレイルの八戸ルートのパノラマ景観が望めます。この展望台は、江戸時代には外国船の動向を監視するための見張り台として、そして第二次世界大戦中は海軍の無線基地として使われていました。晴れた日には北は下北半島、西は八甲田山系まで見晴らすことができます。また、ここからは南東にそびえる階上岳も見えます。近くにある白亜の建物は、1938年に建てられ、現在でも使用されている鮫角灯台です。

暖かい 6-8 月には、草地のあちらこちらに黄色のゼンテイカや紫色のノハナショウブが花を咲かせます。夏には、駐車場に隣接するカフェ「ホロンバイル」でアイスクリームを購入できます。

葦毛崎展望台から続く道を進むと、中須賀に到着します。

<看板>

葦毛崎展望台は、葦毛崎に立つ砦のような建物で、海拔 22 メートルの険しい崖の上から種差海岸を見下ろしています。展望台の周りに広がる草原は、かつての馬の放牧地でした。「葦毛崎」という呼び名は「葦毛」（まだらの灰色の毛）の馬にちなんでつけられました。

葦毛崎からは太平洋とみちのく潮風トレイルの八戸ルートのパノラマ景観が望めます。この展望台は、江戸時代（1603-1867）には外国船の動向を監視するための見張り台として、そして第二次世界大戦中は海軍の無線基地でした。晴れた日には北は下北半島、西は八甲田山系まで見晴らすことができます。また、ここからは南東にそびえる階上岳も見えます。近くにある白亜の建物は、1938年に建てられた鮫角灯台であり、「日本の灯台 50 選」に選ばれています。

暖かい 6-8 月には、草地のあちらこちらに黄色のゼンテイカ（学名：Hemerocallis middendorffii）や紫色のノハナショウブ（学名：Iris ensata Thunb. var. spontanea）が花を咲かせます。夏には、駐車場に隣接するカフェ「ホロンバイル」でアイスクリームを購入できます。葦毛崎展望台から続く道を進むと、中須賀に到着します。

【タイトル】 中須賀（ナレーション）

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

中須賀

<看板、应用程序・二维码、网页、其他>

从**苇毛崎**观景台步行一小段路，即可到达被誉为“**鲜花之滨**”的中须贺。沿着**海边**步道蜿蜒而行，身旁是**历经风吹浪打**的嶙峋的火山岩，以及**点缀着**各种**季节性海滨植物**和**高山植物**的**绿色丘陵**。

秋季里的花朵除了有**夺人眼目**的**蓝色龙胆**(*Gentiana scabra*)、**白瓣黄芯**的**日本滨菊**(*Nipponanthemum nipponicum*)和**紫色**的**青森蓟**(*Cirsium aomorense*)，还有只能在这里见到的**本地原生品种**、**绽放雪青色花朵**的**八户塔飞廉**(*Saussurea neichiana*)；春季则有**可爱**的**紫色樱草**(*Primula sieboldii*)、**带有 5 片黄色花瓣**的**景天三七**(*Phedimus aizoon* var. *floribundus*)和**紫色**的**毛山黧豆**(*Lathyrus palustris* var. *pilosus*)。6月中旬至8月中旬**百花争艳**，也许是欣赏中须贺夏季花卉植物的**最佳时节**。其中**岩百合**(*Lilium maculatum*)和**蹄叶橐吾** (*Ligularia fauriei*, 橐音“驼”)是**日本原生品种**，后者**尤为珍稀**，可**长到 1 米高**。

沿着**海岸继续**往下就是**釜口**。这是一块**突出于海面**的**火山岩**，因形如**烧饭**的**土灶口**而得名。

<旁白・字幕>

从**苇毛崎**观景台步行一小段路，即可到达被誉为“**鲜花之滨**”的中须贺。沿着**海边**步道蜿蜒而行，身旁是**历经风吹浪打**的嶙峋的火山岩，以及**点缀着**各种**季节性海滨植物**和**高山植物**的**绿色丘陵**。

秋季里有**蓝色**的**龙胆**、**白瓣黄芯**的**日本滨菊**和**紫色**的**青森蓟****夺人眼目**；春季则有**可爱**的**紫色樱草**、**带有 5 片黄色花瓣**的**景天三七**和**紫色**的**毛山黧豆****肆意盛开**。6月中旬至8月中旬**百花争艳**，也许是欣赏中须贺夏季花卉植物的**最佳时节**。例如**岩百合**，还有**特别珍稀**的**蹄叶橐吾**，可**长到 1 米高**。

沿着**海岸继续**往下就是**釜口**。这是一块**突出于海面**的**火山岩**，因形如**烧饭**的**土灶口**而得名。

<繁体字>

中須賀

<看板、應用程式・QR code、網頁、其他>

從葦毛崎觀景台步行一小段路，即可到達被譽為「鮮花之濱」的中須賀。沿著海邊步道蜿蜒而行，穿過被風浪侵蝕的嶙峋火山岩，以及隨處可見各種季節性海濱和高山植物的綠色丘陵。

秋季值得注目的花朵有藍色的龍膽草（*Gentiana scabra*）、白瓣黃蕊的日本濱菊（*Nipponanthemum nipponicum*）和紫色的青森薊（*Cirsium aomorense*），還有只能在這裡見到的本地原生品種、雪青色花朵的八戶塔飛廉（*Saussurea neichiana*）；春季則有漂亮的紫色櫻草（*Primula sieboldii*）、帶有 5 片黃色花瓣的景天三七（*Phedimus aizoon* var. *floribundus*）和紫色的毛山黧豆（*Lathyrus palustris* var. *pilosus*）。6 月中旬至 8 月中旬百花爭豔，是欣賞中須賀夏季花卉植物的最佳時節。其中岩百合和蹄葉橐吾（橐音「駝」）是日本原生品種，後者尤為珍稀，可長到 1 公尺高。

沿著海岸繼續往下就是釜口。這是一塊突出於海面的火山岩，因形如燒飯的土灶口而得名。

<旁白・字幕>

從葦毛崎觀景台步行一小段路，即可到達被譽為「鮮花之濱」的中須賀。沿著海邊步道蜿蜒而行，穿過被風浪侵蝕的嶙峋火山岩，以及隨處可見各種季節性海濱植物和高山植物的綠色丘陵。

秋季值得注目的花朵有藍色的龍膽草、白瓣黃蕊的日本濱菊和紫色的青森薊；春季則有漂亮的紫色櫻草、帶有 5 片黃色花瓣的景天三七和紫色的毛山黧豆。6 月中旬至 8 月中旬百花爭豔，是欣賞中須賀夏季花卉植物的最佳時節。例如岩百合，還有特別珍稀的蹄葉橐吾，可長到 1 公尺高。

沿著海岸繼續往下就是釜口。這是一塊突出於海面的火山岩，因形如燒飯的土灶口而得名。

<日本語仮訳>

中須賀

<看板、アプリ・QRコード、WEB、その他>

「花の渚」として知られる中須賀は、葦毛崎展望台から少し歩いたところにあります。海岸沿いの遊歩道は、風化・浸食した険しい火山岩や、あちらこちらに四季折々の多様な海浜植物・高山植物が生えている緑の丘陵を通過して延びています。

秋を彩る花には青いリンドウ（学名： *Gentiana scabra*）、黄色と白のハマギク（学名： *Nipponanthemum nipponicum*）、紫色のアオモリアザミ（学名： *Cirsium aomorense*）があり、また淡紅紫色の花を咲かせる種差の固有種である「ハチノヘトウヒレン（学名： *Saussurea neichiana* は、ここでしか見られません。春には紫色の可憐なサクラソウ（学名： *Primula sieboldii*）、5 枚の花弁を持つ黄色のキリンソウ（学名： *Phedimus aizoon* var. *floribundus*）、そして紫色のエゾルンリソウ（学名： *Lathyrus palustris* var. *pilosus*）が花

を咲かせます。また、6月中旬から8月中旬にかけては中須賀に咲く多様な夏の花を見るのに最も良い季節かもしれません。たとえば、スカシユリ（学名：Lilium maculatum）や、ミチノクヤマタバコ（学名：Ligularia fauriei）など日本固有の植物、とりわけ後者は丈が100センチメートルにも達する非常に希少な植物が見られます。

海岸に沿ってさらに進むと、釜の口に至ります。海から突き出しているこの大きな火山岩は、形状が釜戸の焚口に似ていることからその名が付けられました。

<ナレーション・字幕>

「花の渚」として知られる中須賀は、葦毛崎展望台から少し歩いたところにあります。海岸沿いの遊歩道は、風化・浸食した険しい火山岩や、あちらこちらに四季折々の多様な海浜植物・高山植物が生えている緑の丘陵を通過して延びています。

秋を彩る花には青いリンドウ、黄色と白のハマギク、紫色のアオモリアザミがある。春には紫色の可憐なサクラソウ、5枚の花弁を持つ黄色のキリンソウ、そして紫色のエゾルンリソウが花を咲かせます。また、6月中旬から8月中旬にかけては中須賀に咲く多様な夏の花を見るのに最も良い季節かもしれません。たとえば、スカシユリや、丈が100センチメートルに達するミチノクヤマタバコという非常に希少な植物が見られます。

海岸に沿ってさらに進むと、釜の口に至ります。海から突き出しているこの大きな火山岩は、形状が釜戸の焚口に似ていることからその名が付けられました。

009-004

【タイトル】大須賀海岸（ナレーション）

【想定媒体】看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

大須賀海岸

<看板、应用程序・二维码、网页、其他>

大須賀海岸全长 2.3 公里，是东北地区可完全徒步穿行的规模最大的海滩之一。覆盖海岸的白沙被称为“鸣沙”，因为踩上去会发出奇特的“嘎吱”声。走完这段沙滩需要一定体力，这是种差海岸最美也是最难走的路段。

大須賀于 1994 年名列“日本海滨百选”，在这里可以一览种差海岸全景。不过，这里的海水看似迷人，却有危险的离岸流，因此禁止游泳。

潮水线（满潮时海浪到达的位置）的前方也有海滨植物生长。仔细观察这些植物附近的地面，可以发现许多小孔，那是石狩穴狼蛛(Lycosa ishikariana)的巢穴。这种蜘蛛利用强壮的腿在沙滩上掘洞，然后藏身其中，伺机而动抓捕路过的猎物。雌蛛挖的洞通常比雄蛛的大。

<旁白・字幕>

大須賀海岸全长 2.3 公里，是东北地区可完全徒步穿行的规模最大的海滩之一。覆盖海岸的白沙被称为“鸣沙”，因为踩上去会发出奇特的“嘎吱”声。

大須賀于 1994 年名列“日本海滨百选”，在这里可以一览种差海岸全景。不过，这里的海水看似迷人，却有危险的离岸流，因此禁止游泳。

潮水线前方也有海滨植物生长。仔细观察这些植物附近的地面，可以发现许多小孔，那是石狩穴狼蛛的巢穴。这种蜘蛛利用它们强壮的腿在沙滩上掘洞，然后藏身其中，伺机而动抓捕路过的猎物。雌蛛挖的洞通常比雄蛛的大。

<繁体字>

大須賀海岸

<看板、應用程式・QR code、網頁、其他>

大須賀海岸綿延 2.3 公里，是東北地區最大規模可徒步橫穿的海灘之一。覆蓋海岸的白沙被稱為「鳴沙」，因為踩上去會發出奇特的「嘎吱」聲。這是種差海岸最美也是最難走的路段，走完這段沙灘需要一定體力。

大須賀於 1994 年名列「日本海濱百選」，在這裡可以一覽種差海岸全景。不過，這裡的海水看似迷人，卻有危險的離岸流，因此禁止游泳。

海濱植物生長在潮水線（滿潮時海浪到達的位置）以上。仔細觀察這些植物附近的地面，可以發現許多小孔，那是石狩穴狼蛛（*Lycosa ishikariana*）的巢穴。這種蜘蛛利用強壯的腿在沙灘上挖洞，然後藏身其中，伺機抓捕路過的獵物。雌蛛挖的洞通常比雄蛛的大。

<旁白・字幕>

大須賀海岸綿延 2.3 公里，是東北地區最大規模可徒步橫穿的海灘之一。覆蓋海岸的白沙被稱為「鳴沙」，因為踩上去會發出奇特的「嘎吱」聲。

大須賀於 1994 年名列「日本海濱百選」，在這裡可以一覽種差海岸全景。不過，這裡的海水看似迷人，卻有危險的離岸流，因此禁止游泳。

海濱植物生長在潮水線以上。仔細觀察這些植物附近的地面，可以發現許多小孔，那是石狩穴狼蛛的巢穴。這種蜘蛛利用強壯的腿在沙灘上挖洞，然後藏身其中，伺機抓捕路過的獵物。雌蛛挖的洞通常比雄蛛的大。

<日本語仮訳>

大須賀海岸

<看板、アプリ・QRコード、WEB、その他>

2.3km にわたって広がる大須賀海岸は、東北地方にある端から端まで歩いて横断できる海岸の中で最大級の浜のひとつです。この浜は、砂の上を歩くときしむような変わった音がする白い「鳴き砂」で覆われています。ここは種差海岸の中でも最も美しく、最も過酷な海岸線で、踏破するには体力が必要です。

種差海岸が一望できる大須賀は、1994 年に「日本の渚百選」に選ばれました。しかし、水が気持ちよさそうに見えるかもしれませんが、離岸流が危険なため、大須賀での遊泳は禁止されています。

タイドライン（満潮時に波が寄せる位置）の先には海浜植物が生育しています。海浜植物の近くの地面を注意深く探すと、イソコモリグモ（学名：*Lycosa ishikariana*）の巣である小さな穴が見つかります。イソコモリグモは強力な脚で砂中に穴を掘ってその中に隠れ、気づかず通りかかった獲物に飛びかかります。メスは大抵オスより大きい巣穴を掘ります。

<ナレーション・字幕>

2.3km にわたって広がる大須賀海岸は、東北地方にある端から端まで歩いて横断できる海岸の中で最大級の浜のひとつです。この浜は、砂の上を歩くときしむような変わった音がする白い「鳴き砂」で覆われています。

種差海岸が一望できる大須賀は、1994 年に「日本の渚百選」に選ばれました。しかし、水が気持ちよさそうに見えるかもしれませんが、離岸流が危険なため、大須賀での遊泳は禁止されています。

タイドラインの先には海浜植物が生育しています。海浜植物の近くの地面を注意深く探すと、イソコモリグモの巣である小さな穴が見つかります。イソコモリグモは強力な脚で砂中に穴を掘ってその中に隠れ、気づかず通りかかった獲物に飛びかかります。メスは大抵オスより大きい巣穴を掘ります。

【タイトル】 白濱海水浴場（ナレーション）

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

白濱海水浴場

<看板、应用程序・二维码、网页、其他>

从大须贺海岸走一小段路就来到了白濱海水浴場。从白濱往北面葦毛崎观景台方向眺望，可以将种差海岸的海景一览无遗。

白濱名列日本环境省“快水浴場百选”（快，指优质）。与大须贺不同，这片海域不仅提供安全的游泳环境，且海滩上设施齐全，有公共淋浴、洗手间和店铺。这些设施在7月中旬至8月下旬的游泳季对外开放，这段时间也是白濱的旺季。海滩氛围轻松友好，是结识当地朋友的好去处。

由于铁含量相对本地区其它沙滩较低，白濱沙砾色泽偏浅。八戸所属的南部地区铁资源丰富，在此基础上发展出风格鲜明的“南部铁器”，其特点是表面有一粒粒突起的“霰纹”装饰，不易生锈，保温性能出色。

沿着白濱南行前往田村崎的路上，可以看到一艘供行人参观的小船，它是2011年3月11日东日本大地震引发的海啸中的幸存者。

<旁白・字幕>

从大须贺海岸走一小段路就来到了白濱海水浴場。从白濱往北面葦毛崎观景台方向眺望，可以将种差海岸的海景一览无遗。

白濱名列日本环境省“优质海水浴場百选”。与大须贺不同，这片海域不仅提供安全的游泳环境，且海滩上设施齐全，有公共淋浴、洗手间和店铺。这些设施在7月中旬至8月下旬的游泳季对外开放，这段时间也是白濱的旺季。海滩氛围轻松友好，是结识当地朋友的好去处。

由于铁含量相对本地区其它沙滩较低，白濱沙砾色泽偏浅。八戸所属的南部地区铁资源丰富，在此基础上发展出风格鲜明的“南部铁器”，其特点是表面有一粒粒突起的装饰，不易生锈，保温性能出色。

沿着白濱南行前往田村崎的路上，可以看到一艘供行人参观的小船，它是2011年3月11日东日本大地震引发的海啸中的幸存者。

<繁体字>

白濱海水浴場

<看板、应用程序・QR code、網頁、其他>

從大須賀海岸走一小段路就來到了白濱海水浴場。從白濱往北面葦毛崎觀景台方向眺望，可以一覽種差海岸的全景。

白濱名列日本環境省「快水浴場百選」（快，指優質）。與大須賀不同，這片海域不僅提供安全的游泳環境，且海灘上設備齊全，有公共淋浴間、洗手間和商店。這些設備在7月中旬至8月下旬的游泳季對外開放，這段時間也是白濱的旅遊旺季。海灘氣氛輕鬆友好，是認識當地朋友的好去處。

由於比當地其它沙灘的鐵含量低，白濱沙礫色澤偏淺。八戶所屬的南部地區鐵資源豐富，在此基礎之上發展出風格鮮明的「南部鐵器」，其特點是表面有一粒粒突起的「霰紋」裝飾，不易生鏽，極具保溫功能。

沿著白濱南行前往田村崎的路上，可以看到一艘供行人參觀的小船，它是2011年3月11日東日本大地震引發的海嘯中的倖存物。

<旁白・字幕>

從大須賀海岸走一小段路就來到了白濱海水浴場。從白濱往北面葦毛崎觀景台方向眺望，可以一覽種差海岸的全景。

白濱名列日本環境省「優質海水浴場百選」。與大須賀不同，這片海域不僅提供安全的游泳環境，且海灘上設備齊全，有公共淋浴間、洗手間和商店。這些設備在7月中旬至8月下旬的游泳季對外開放，這段時間也是白濱的旅遊旺季。海灘氣氛輕鬆友好，是認識當地朋友的好去處。

由於比當地其它沙灘的鐵含量低，白濱沙礫色澤偏淺。八戶所屬的南部地區鐵資源豐富，在此基礎之上發展出風格鮮明的「南部鐵器」，其特點是表面有一粒粒突起的裝飾，不易生鏽，極具保溫功能。

沿著白濱南行前往田村崎的路上，可以看到一艘供行人參觀的小船，它是2011年3月11日東日本大地震引發的海嘯中的倖存物。

<日本語仮訳>

白浜海水浴場

<看板、アプリ・QRコード、WEB、その他>

白浜海水浴場は、大須賀海岸から海岸沿いに少し行ったところにあります。白浜から北の葦毛崎展望台の方角には、何にも遮られない種差海岸の全景が望めます。

白浜は環境省の「快水浴場百選」にも選ばれています。大須賀とは異なり、白浜では安全に海水浴を楽しめ、シャワー、トイレ、売店も設置されています。これらの設備は、白浜が最も賑わう例年7月中旬から8月下旬までの海水浴シーズン中に利用できます。親しみやすいくつろいだ雰囲気白浜は、地元住民との交流にぴったりの場所です。

白浜の砂の色が明るいのは、この地域の他の海岸に比べて鉄の含有率が低いからです。八戸をその一部とする南部地方は鉄が豊富だったことから、「南部鉄器」と呼ばれるこの地域独自の鉄製品が作られるようになりました。表面のデコボコしたアラレ紋様がつけられているのが特徴の南部鉄器は、錆びにくく保温性に優れています。

海岸沿いに田村崎に向かって南に歩き続けると、2011年3月11日の東日本大震災で発生した津波を乗り越えた小さな船が展示されています。

<ナレーション・字幕>

白浜海水浴場は、大須賀海岸から海岸沿いに少し行ったところにあります。白浜から北の葦毛崎展望台の方角には、何にも遮られない種差海岸の全景が望めます。

白浜は環境省の「快水浴場百選」にも選ばれています。大須賀とは異なり、白浜では安全に海水浴を楽しめ、シャワー、トイレ、売店も設置されています。これらの設備は、白浜が最も賑わう例年7月中旬から8月下旬までの海水浴シーズン中に利用できます。親しみやすいくつろいだ雰囲気のある白浜は、地元住民との交流にぴったりの場所です。

白浜の砂の色が明るいのは、この地域の他の海岸に比べて鉄の含有率が低いからです。八戸をその一部とする南部地方は鉄が豊富だったことから、「南部鉄器」と呼ばれるこの地域独自の鉄製品が作られるようになりました。表面のデコボコした模様がつけられているのが特徴の南部鉄器は、錆びにくく保温性に優れています。

海岸沿いに田村崎に向かって南に歩き続けると、2011年3月11日の東日本大震災で発生した津波を乗り越えた小さな船が展示されています。

【タイトル】 田村崎（ナレーション）

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

田村崎

<看板、应用程序・二维码、网页、其他>

陆奥潮风步道田村崎段沿着白滨渔港和深久保渔港之间的海岬延伸。两个渔港各有一尊面朝大海的神道教的“船灵”石像，在当地人心目中，他是出海渔船的保护神。依照传统，当地航船会将代表船灵的物品和供品固定在桅杆上。

深久保港的木栈道铺设在一条旧铁路的枕木上，那是明治时代(1868-1912)用来运输建筑用石块的线路。此处岬角风貌独特，布满了高低不平的枕状熔岩和历经风吹浪打的火山岩巨石，许多熔岩被青草与日本黑松(Pinus thunbergii)覆盖。日本现代浮世绘画家川濑巴水(1883-1957)的部分作品就在此取景。

<旁白・字幕>

陆奥潮风步道田村崎段沿着白滨渔港和深久保渔港之间的海岬延伸。两个渔港各有一尊面朝大海的神道教的“船灵”石像，在当地人心目中，他是出海渔船的保护神。依照传统，当地航船会将代表船灵的物品和供品固定在桅杆上。

深久保港的木栈道铺设在一条旧铁路的枕木上，那是明治时代用来运输建筑用石块的线路。此处岬角风貌独特，布满了高低不平的枕状熔岩和历经风吹浪打的火山岩巨石，许多熔岩被青草与日本黑松覆盖。日本现代浮世绘画家川濑巴水的部分作品就在此取景。

<繁体字>

田村崎

<看板、應用程式・QR code、網頁、其他>

陸奧潮風步道的田村崎段沿著白濱漁港和深久保漁港之間的海岬延伸。兩個漁港各有一尊面朝大海的神道教「船靈」石像，在當地人心中，船靈是出海漁船的守護神。依照傳統，當地航船會將代表船靈的物品和供品固定在桅杆上。

深久保港的木棧道鋪設在一條舊鐵路的枕木上，那是明治時代（1868-1912）用來運輸建築用石塊的路線。這處岬角風貌獨特，佈滿了高低不平的枕狀熔岩和已被風浪強烈侵蝕的火山岩巨石。許多熔岩被青草與日本黑松（Pinus thunbergii）覆蓋。日本現代浮世繪畫家川瀨巴水（1883-1957）的部分作品就取景於此。

<旁白・字幕>

陸奥潮風歩道の田村崎段沿著白濱漁港和深久保漁港之間的海岬延伸。兩個漁港各有一尊面朝大海的神道教的「船靈」石像，在當地人心中，船靈是出海漁船的守護神。依照傳統，當地航船會將代表船靈的物品和供品固定在桅杆上。

深久保港的木棧道鋪設在一條舊鐵路的枕木上，那是明治時代用來運輸建築用石塊的線路。這處岬角風貌獨特，佈滿了高低不平的枕狀熔岩和已被風浪強烈侵蝕的火山岩巨石。許多熔岩被青草與日本黑松覆蓋。日本現代浮世繪畫家川瀨巴水的部分作品就取景於此。

<日本語仮訳>

田村崎

<看板、アプリ・QRコード、WEB、その他>

みちのく潮風トレイルの田村崎の部分は、白濱漁港と深久保漁港に挟まれた岬に沿って延びています。両港の近くに置かれた海を向いて立つ石像は、航海中の漁船を守ると信じられている神道の神「船靈」です。船靈を表す品々や供物は、古くから船の帆柱に取り付けられています。

深久保漁港からのボードウォークは、明治時代（1868-1912）に、建設用に切り出した石材を運ぶのに使われた、かつての線路の枕木の上につくられています。岬は、起伏に富んだ枕状溶岩と海岸の強風や潮の満ち引きによって風化・浸食した火山岩の岩塊が特徴的です。岩の多くは草やクロマツ（学名：Pinus thunbergii）に覆われています。この風景の一部は近代の浮世絵師、川瀨巴水（1883-1957）の作品にも描かれました。

<ナレーション・字幕>

みちのく潮風トレイルの田村崎の部分は、白濱漁港と深久保漁港に挟まれた岬に沿って延びています。両港の近くに置かれた海を向いて立つ石像は、航海中の漁船を守ると信じられている神道の神「船靈」です。船靈を表す品々や供物は、古くから船の帆柱に取り付けられています。

深久保漁港からのボードウォークは、明治時代に、建設用に切り出した石材を運ぶのに使われた、かつての線路の枕木の上につくられています。岬は、起伏に富んだ枕状溶岩と海岸の強風や潮の満ち引きによって風化・浸食した火山岩の岩塊が特徴的です。岩の多くは草やクロマツに覆われています。この風景の一部は近代の浮世絵師、川瀨巴水の作品にも描かれました。

【タイトル】白岩（ナレーション）

【想定媒体】看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

白岩

<看板、应用程序・二维码、网页、其他>

白岩指的是海岸边一块高达20米的巨石。它的顶部雪白，是由绿背鸬鹚和黑尾鸥的粪便多年积累形成。由于鸟类的来往迁徙，白色鸟粪数量也会随之变化。和芜岛一样，白岩也因为海鸟聚集而倍受渔民尊崇，它的另一个名字就叫“明神岩”。

来访者也许会对高处掩映在森林中的红色鸟居感兴趣，那便是白岩神社，站在那里可以俯瞰海岸。人们从本地长途跋涉前往香川县的金刀比罗宫，或者和歌山县的熊野三山朝圣，回来后都要在这个小神社留下还愿绘马（日本神社或寺院中许愿用的木制小牌子）作为纪念。白岩神社也是观赏白岩的最佳场所。

<旁白・字幕>

白岩指的是海岸边一块高达20米的巨石。它的顶部雪白，是由绿背鸬鹚和黑尾鸥的粪便多年积累形成。由于鸟类的来往迁徙，白色鸟粪数量也会随之变化。和芜岛一样，白岩也因为海鸟聚集而倍受渔民尊崇，它的另一个名字就叫“明神岩”。

来访者也许会对高处掩映在森林中的红色鸟居感兴趣，那便是白岩神社，站在那里可以俯瞰海岸。人们从本地长途跋涉前往香川县的金刀比罗宫，或者和歌山县的熊野三山朝圣，回来后都要在这个小神社留下一块叫“绘马”的小木牌作为纪念。白岩神社也是观赏白岩的最佳场所。

<繁体字>

白岩

<看板、應用程式・QR code、網頁、其他>

白岩指的是海岸邊一塊高達20公尺的巨石。它的頂部雪白，是綠背鸕鶿和黑尾鷗的糞便多年積累的結果。由於鳥類的來往遷徙，白色鳥糞數量也會隨之變化。和蕪島一樣，白岩也因為海鳥聚集而倍受漁民尊崇，它的另一個名字就叫「明神岩」。

遊客也許會對隱藏在森林高處中的紅色鳥居感興趣，那便是白岩神社，站在神社可以俯瞰海岸。人們前往香川縣的金刀比羅宮，或是前往和歌山縣的熊野三山朝聖，回來後都

要在這個小神社留下還願繪馬（日本神社或寺院中許願用的木製小牌子）作為紀念。白岩神社也是觀賞白岩的最佳場所。

<旁白・字幕>

白岩指的是海岸邊一塊高達 20 公尺的巨石。它的頂部雪白，是綠背鷗和黑尾鷗的糞便多年積累的結果。由於鳥類的來往遷徙，白色鳥糞數量也會隨之變化。和蕪島一樣，白岩也因為海鳥聚集而倍受漁民尊崇，它的另一個名字就叫「明神岩」。

遊客也許會對隱藏在森林高處中的紅色鳥居感興趣，那便是白岩神社，站在神社可以俯瞰海岸。人們前往香川縣的金刀比羅宮，或者前往和歌山縣的熊野三山朝聖，回來後都要在這個小神社留下一塊叫「繪馬」的小木牌作為紀念。白岩神社也是觀賞白岩的最佳場所。

<日本語仮訳>

白岩

<看板、アプリ・QRコード、WEB、その他>

海岸のそばにある高さ 20m ほどの大きな岩は、「白岩」と呼ばれています。岩の上部が白いのは、長年の間にウミウやウミネコのフンが堆積したものです。このフンの量は、鳥たちがこの地域に飛来したり去っていったりするのに伴い変わります。蕪島と同様、白岩も海鳥がたくさんいたことから漁師たちに崇拜されていました。白岩の別名は明神岩です。

ここを訪れた人は、海岸を見下ろす森の中にひっそりと佇む赤い鳥居に気がつくでしょう。これは白岩神社です。この小さな神社には、この地域から遠くの香川県にある神社「金毘羅さん」や和歌山県の熊野三山への長い巡礼の旅を果たした人々が記念に納めた絵馬（日本の社寺に祈願の目的で奉納する木製の板）があります。白岩神社からは白岩が一望できます。

<ナレーション・字幕>

海岸のそばにある高さ 20m ほどの大きな岩は、「白岩」と呼ばれています。岩の上部が白いのは、長年の間にウミウやウミネコのフンが堆積したものです。このフンの量は、鳥たちがこの地域に飛来したり去っていったりするのに伴い、季節ごとに変わります。蕪島と同様、白岩も海鳥がたくさんいたことから漁師たちに崇拜されていました。白岩の別名は明神岩です。

ここを訪れた人は、海岸を見下ろす森の中にひっそりと佇む赤い鳥居に気がつくでしょう。これは白岩神社です。この小さな神社には、この地域から遠くの香川県にある神社「金毘羅さん」や和歌山県の熊野三山への長い巡礼の旅を果たした人々が記念に納めた「絵馬」と呼ばれる木製の板があります。白岩神社からは白岩が一望できます。

【タイトル】 淀の松原（ナレーション）

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

淀之松原

<看板、应用程序・二维码、网页、其他>

淀之松原从前是牧马之地。这片面积不大的日本黑松林(Pinus thunbergii)为大正时代(1912-1926)深久保的一个青年团组织所植，因此大部分松树的树龄已逾百年。当时共种下约1万株松苗。种差海岸在1937年被指定为国家史迹名胜天然纪念物之时，这里是其中唯一一段松林夹峙的道路。

松林是抵御暴烈海风的自然屏障。暖流和寒流冲撞交汇创造出理想环境，使得此地拥有丰富多样的季节性海滨植被、高山植被以及其它本土植物。春夏两季，松林郁郁葱葱，冬季有时就会是一个银白世界，宛如浮世绘中的景物。

林中有几个有趣的洞穴，其中一个曾经住过一群蝙蝠，另外一个据说是一位苦行僧的寄身之所。还有个深洞叫“地狱穴”，传说能一直通到往南150公里外的岩手县宫古市。

从淀之松原出发继续南行，下一站是种差天然草坪。

<旁白・字幕>

淀之松原从前是牧马之地。这片面积不大的日本黑松林为大正时代深久保的一个青年团组织所植，因此大部分松树的树龄已逾百年。当时共种下约1万株松苗。

松林是抵御暴烈海风的自然屏障。暖流和寒流冲撞交汇创造出理想环境，使得此地拥有丰富多样的季节性海滨植被、高山植被以及其它本土植物。春夏两季，松林郁郁葱葱，冬季有时就会是一个银白世界，宛如浮世绘中的景物。

林中有几个有趣的洞穴，其中一个曾经住过一群蝙蝠，另外一个据说是一位苦行僧的寄身之所。还有个深洞叫“地狱穴”，传说能一直通到往南150公里外的岩手县宫古市。

从淀之松原出发继续南行，下一站是种差天然草坪。

<繁体字>

淀之松原

<看板、應用程式・QR code、網頁、其他>

淀之松原從前是牧馬之地。這片面積不大的日本黑松林（Pinus thunbergii）為大正時代（1912-1926）深久保的一個青年團體所栽種，因此大部分松樹的樹齡已逾百年。當時

共種下約 1 萬株松苗。種差海岸在 1937 年被指定為國家史跡名勝天然紀念物之時，這裡是其中唯一一段松林夾峙的道路。

松林是抵禦暴烈海風的自然屏障。暖流和寒流衝撞交匯創造出理想環境，使得此地擁有豐富多樣的季節性海濱植被、高山植被以及其它本土植物。春夏兩季，松林鬱鬱蔥蔥，冬季有時就會是一個銀白世界，宛如浮世繪中的景物。

林中有幾個有趣的洞穴，其中一個曾經住過一群蝙蝠，另外一個據說是一位苦行僧的寄身之所。還有個深洞叫「地獄穴」，傳說能一直通到往南 150 公里外的岩手縣宮古市。

從淀之松原出發繼續南行，下一站是種差天然草坪。

<旁白・字幕>

淀之松原從前是牧馬之地。這片面積不大的日本黑松林為大正時代深久保的一個青年團體所栽種，因此大部分松樹的樹齡已逾百年。當時共種下約 1 萬株松苗。

松林是抵禦暴烈海風的自然屏障。暖流和寒流衝撞交匯創造出理想環境，使得此地擁有豐富多樣的季節性海濱植被、高山植被以及其它本土植物。春夏兩季，松林鬱鬱蔥蔥，冬季有時就會是一個銀白世界，宛如浮世繪中的景物。

林中有幾個有趣的洞穴，其中一個曾經住過一群蝙蝠，另外一個據說是一位苦行僧的寄身之所。還有個深洞叫「地獄穴」，傳說能一直通到往南 150 公里外的岩手縣宮古市。

從淀之松原出發繼續南行，下一站是種差天然草坪。

<日本語仮訳>

淀の松原

<看板、アプリ・QRコード、WEB、その他>

淀の松原は、かつて馬の放牧地でした。この小さなクロマツ（学名：Pinus thunbergii）の林は、大正時代（1912-1926）に深久保の青年団が植樹したものであるため、多くの木が樹齢 100 年を超えています。当時、約 1 万本のクロマツが植えられました。1937 年に国の「史跡名勝天然記念物」に指定された当初の種差海岸で松並木があったのは、淀の松原だけです。

これらの木々は、強い潮風に対する防風林の役割を果たしています。ここで合流する暖流と寒流は、四季折々の多様な海浜・高山植物やその他の固有植物にとって理想的な環境をつくりだしています。淀の松原は春夏ともに緑豊かですが、冬には時折雪に覆われ、浮世絵を思わせる風景を見せてくれます。

松原には、注目すべき洞窟がいくつもあります。そのうちのひとつにはかつてこうもりの群れが棲んでおり、別のひとつには修行僧が住んでいたとされます。地元の伝承によると、「地獄穴」と呼ばれる深い洞窟は、150km 近く南に離れた岩手県宮古市まで続いているとされています。

淀の松原を過ぎて南に歩き続けると、種差天然芝生地に到着します。

<ナレーション・字幕>

淀の松原は、かつて馬の放牧地でした。この小さなクロマツの林は、大正時代に深久保の青年団が植樹したものであるため、多くの木が樹齢 100 年を超えています。当時、約 1 万本のクロマツが植えられました。

これらの木々は、強い潮風に対する防風林の役割を果たしています。ここで合流する暖流と寒流は、四季折々の多様な海浜・高山植物やその他の固有植物にとって理想的な環境をつくりだしています。淀の松原は春夏ともに緑豊かですが、冬には時折雪に覆われ、浮世絵を思わせる風景を見せてくれます。

松原には、注目すべき洞窟がいくつもあります。そのうちのひとつにはかつてこうもりの群れが棲んでおり、別のひとつには修行僧が住んでいたとされます。地元の伝承によると、「地獄穴」と呼ばれる深い洞窟は、150km 近く南に離れた岩手県宮古市まで続いているとされています。

淀の松原を過ぎて南に歩き続けると、種差天然芝生地に到着します。

【タイトル】 こうもり穴と仙人窟（ナレーション）

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

蝙蝠洞和仙人窟

蝙蝠洞由海浪经年累月冲击侵蚀而成，位于穿越淀之松原的步道附近，高约 3 米，宽约 8 米。虽然它的名字叫蝙蝠洞，但洞中蝙蝠早已离去。

从步道旁的一条陡峭小路向上攀登，能找到另一个可以俯瞰海岸洞穴，洞内还有一座鸟居，这就是仙人窟。“仙人”指的是一位修验道苦行僧，因为喜爱此处风景而长居于洞中。修验道是一种融合了佛教和神道教教义的苦修传统。此处洞外有四季花木更替，近处有清泉涌出，显然是修验道行僧的理想落脚点。

<繁体字>

蝙蝠洞和仙人窟

蝙蝠洞由海浪經年累月衝擊侵蝕而成，位於通過淀之松原的步道附近，高約 3 公尺，寬約 8 公尺。雖然名為蝙蝠洞，但洞中蝙蝠早已離去。

從步道旁的一條陡峭小路向上攀登，能找到另一個可以俯瞰海岸的洞穴，洞內還有一座鳥居，這就是仙人窟。「仙人」指的是一位修驗道苦行僧，因為喜愛此處風景而長居於洞中。修驗道是一種融合了佛教和神道教教義的苦修傳統。此處洞外有四季花木更替，近處有清泉湧出，顯然是修驗道行僧的理想落腳點。

<日本語仮訳>

こうもり穴と仙人窟

こうもり穴は、淀の松原を通る遊歩道のメインルートから外れたところにあります。高さ約 3 メートル、幅約 8 メートルのこの洞窟は、長年の海蝕によってつくられました。こうもり穴という名前ですが、今ではここにこうもりは棲んでいません。

遊歩道から分かれて延びる急勾配の道を行くと、海岸を見下ろす別の洞窟があり、その中には鳥居が立っています。この仙人窟は、ここから見える景色が気に入ったためここをすみかとしたと言われる修行者にちなんで名づけられました。四季折々の植物に囲まれ、付近に清水が湧くこの場所はおそらく、神道と仏教両方の教えを取り入れた修験道の行者たちに好まれたのでしょう。

【タイトル】種差天然芝生地（ナレーション）

【想定媒体】看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

種差天然草坪

<应用程序・二维码、网页、其他>

过了淀之松原，就是种差天然草坪。草坪沿着乱石嶙峋的种差海岸延伸，面积约有 7 万平方米。这里曾经是草浪起伏的牧场，如今的草坪或许是一窥当年风貌的最佳地点。过去，这里靠牧马将草坪保持在短小平整的状态，现在则由当地人进行维护。

温暖的季节里，此处的户外活动丰富多彩，可以露营、烧烤，周末的清晨还有瑜伽课。每逢满月夜，海面上倒映的月光一路铺洒到岸边，这一景观被称为“月之道”。北萱草 (Hemerocallis esculenta)和各种应季花朵争相竞放，草丛间有时候还能发现鼯鼠挖掘的坑道，这对草地的健康生长很有益处。春夏期间青翠的草地一直延伸到海边，大片的绿与蓝组成的画面堪称绝景。秋季草叶枯黄，冬季有时会是一片银白的世界。日本著名作家司马辽太郎(1923-1996)曾盛赞此处：“如果有外星访客来地球寻找美景，我会首先推荐种差海岸。”

草坪前就是种差海岸旅游信息中心，来访者可以通过各种互动展示，了解种差海岸和陆奥潮风步道沿线的自然和文化。信息中心旁还有一家咖啡馆。

<旁白・字幕>

过了淀之松原，就是种差天然草坪。草坪沿着乱石嶙峋的种差海岸延伸，面积约有 7 万平方米。这里曾经是草浪起伏的牧场，如今的草坪或许是一窥当年风貌的最佳地点。过去，这里靠牧马将草坪保持在短小平整的状态，现在则由当地人进行维护。

温暖的季节里，此处的户外活动丰富多彩，可以露营、烧烤，周末的清晨还有瑜伽课。每逢满月之夜，海面上倒映的月光一路铺洒到岸边，这一景观被称为“月之道”。北萱草和各种应季花朵争相竞放，草丛间有时候还能发现鼯鼠挖掘的坑道，这对草地的健康生长很有益处。秋季草叶枯黄，冬季有时会是一片银白的世界。

草坪前就是种差海岸旅游信息中心。通过各种互动展示，来访者可以了解种差海岸和陆奥潮风步道沿线的自然和文化。信息中心旁还有一家咖啡馆。

<看板>

过了淀之松原，就是种差天然草坪。草坪沿着乱石嶙峋的种差海岸延伸，面积约有 7 万平方米。这里曾经是草浪起伏的牧场，如今的草坪或许是一窥当年风貌的最佳地点。

温暖的季节里，此处的户外活动丰富多彩，可以露营、烧烤，周末的清晨还有瑜伽课。每逢满月夜，海面上倒映的月光一路铺洒到岸边，这一景观被称为“月之道”。北萱草

(*Hemerocallis esculenta*)和各种应季花朵盛开争相竞放，草丛间有时候还能发现鼯鼠挖掘的坑道。春夏期间青翠的草地一直延伸到海边，大片的绿与蓝组成的画面堪称绝景，著名作家司马辽太郎(1923-1996)曾盛赞此处：“如果有外星访客来到地球寻找美景，我会首先推荐种差海岸。”

草坪前就是种差海岸旅游信息中心。

<繁体字>

種差天然草坪

<應用程式・QR code、網頁、其他>

過了淀之松原，就是種差天然草坪。草坪沿著亂石嶙峋的種差海岸延伸，面積約有 7 萬平方公尺。這裡曾經是草浪起伏的牧場，如今的草坪是可以一窺當年風貌的最佳地點。過去，這裡靠牧馬將草坪保持在短小平整的狀態，現在則由當地人進行維護。

溫暖的季節裡，此處的戶外活動豐富多彩，可以露營、燒烤，週末的清晨還有瑜伽課。每逢滿月夜，海面上倒映的月光一路鋪灑到岸邊，這一景觀被稱為「月之道」。北萱草 (*Hemerocallis esculenta*) 和各種時令花卉爭相鬥豔，草叢間有時候還能發現鼯鼠挖掘的坑道，這對草地的健康生長很有益處。春夏期間青翠的草地一直延伸到海邊，大片的綠與藍組成的畫面堪稱絕景。秋季草葉枯黃，冬季有時會是一片銀白的世界。日本著名作家司馬遼太郎 (1923-1996) 曾盛讚此處：「如果有外星訪客來地球尋找美景，我會首先推薦種差海岸。」

草坪前就是種差海岸遊客服務中心，遊客可以通過各種互動展示，瞭解種差海岸和陸奧潮風步道沿線的自然和文化。服務中心旁還有一家咖啡館。

<旁白・字幕>

過了淀之松原，就是種差天然草坪。草坪沿著亂石嶙峋的種差海岸延伸，面積約有 7 萬平方公尺。這裡曾經是草浪起伏的牧場，如今的草坪是可以一窺當年風貌的最佳地點。過去，這裡靠牧馬將草坪保持在短小平整的狀態，現在則由當地人進行維護。

溫暖的季節裡，此處的戶外活動豐富多彩，可以露營、燒烤，週末的清晨還有瑜伽課。每逢滿月之夜，海面上倒映的月光一路鋪灑到岸邊，這一景觀被稱為「月之道」。北萱草和各種時令花卉爭相鬥豔，草叢間有時候還能發現鼯鼠挖掘的坑道，這對草地的健康生長很有益處。秋季草葉枯黃，冬季有時會是一片銀白的世界。

草坪前就是種差海岸遊客服務中心，遊客可以通過各種互動展示，瞭解種差海岸和陸奧潮風步道沿線的自然和文化。服務中心旁還有一家咖啡館。

<看板>

過了淀之松原，就是種差天然草坪。草坪沿著亂石嶙峋的種差海岸延伸，面積約有 7 萬平方公尺。這裡曾經是草浪起伏的牧場，如今的草坪是可以一窺當年風貌的最佳地點。

溫暖的季節裡，此處的戶外活動豐富多彩，可以露營、燒烤，週末的清晨還有瑜伽課。每逢滿月夜，海面上倒映的月光一路鋪灑到岸邊，這一景觀被稱為「月之道」。北萱草（*Hemerocallis esculenta*）和各種時令花卉爭相鬥豔，草叢間有時候還能發現鼯鼠挖掘的坑道。春夏期間青翠的草地一直延伸到海邊，大片的綠與藍組成的畫面堪稱絕景，著名作家司馬遼太郎（1923-1996）曾盛讚此處：「如果有外星訪客來到地球尋找美景，我會首先推薦種差海岸。」

草坪前就是種差海岸遊客服務中心。

<日本語仮訳>

種差天然芝生地

<アプリ・QRコード、WEB、その他>

種差天然芝生地は、淀の松原を抜けたところにあります。種差海岸の岩礁に沿って約 7 万平方メートルにわたって広がるこの芝生地は、おそらく、かつてこの地域を覆っていたなだらかな放牧地の様子が最もよくかがえる場所です。昔はここで草を食んでいた馬たちが芝生を短く滑らかな状態に保てていましたが、現在は地域の人たちが手入れをしています。

暖かい季節には、ここでキャンプやバーベキュー、週末の早朝ヨガ教室など、様々なアウトドアアクティビティが行われます。満月の夜には、月の光が海岸に向かって水面に反射する「月の道」と呼ばれる現象が起こります。また、この地域のあちらこちらでゼンテイカ（学名：*Hemerocallis esculenta*）などの季節の花々が見られます。この場所で時折見られるモグラが掘ったトンネルは、実は芝生を健康に保つのに役立っています。春と夏には波打ち際まで天然芝生が広がり、青と緑のコントラストはまさに絶景です。秋がくると草が枯れ始め、冬になると、この地域は時折一面雪に覆われます。司馬遼太郎（1923-1996）は「どこかの天体から人がきて地球の美しさを教えてやらねばならないはめになったとき、一番にこの種差海岸に案内してやろう」と絶賛していました。

種差海岸インフォメーションセンターは、種差芝生地前にあります。センターの中には、種差海岸とみちのく潮風トレイルの自然や文化について学べる様々なインタラクティブ展示があります。また、隣にはカフェもあります。

<ナレーション・字幕>

種差天然芝生地は、淀の松原を抜けたところにあります。種差海岸の岩礁に沿って約 7 万平方メートルにわたって広がるこの芝生地は、おそらく、かつてこの地域を覆っていたなだらかな放牧地の様子が最もよくかがえる場所です。昔はここで草を食んでいた馬たちが芝生を短く滑らかな状態に保てていましたが、現在は地域の人たちが手入れをしています。

暖かい季節には、ここでキャンプやバーベキュー、週末の早朝ヨガ教室など、様々なアウトドアアクティビティが行われます。満月の夜には、月の光が海岸に向かって水面に反射する「月の道」と呼ばれる現象が起こります。また、この地域のあちらこちらでゼンテイカなどの季節の花々が見られます。この場所で時折見られるモグラが掘ったトンネルは、実は芝生を健康に保つのに役立っています。秋がくると草が枯れ始め、冬になると、この地域は時折一面雪に覆われます。

種差海岸インフォメーションセンターは、種差芝生地前にあります。センターの中には、種差海岸とみちのく潮風トレイルの自然や文化について学べる様々なインタラクティブ展示があります。また、隣にはカフェもあります。

<看板>

種差天然芝生地は、淀の松原を抜けたところにあります。種差海岸の岩礁に沿って約 7 万平方メートルにわたって広がるこの芝生地は、おそらく、かつてこの地域を覆っていたなだらかな放牧地の様子が最もよくかがえる場所です。

暖かい季節には、ここでキャンプやバーベキュー、週末の早朝ヨガ教室など、様々なアウトドアアクティビティが行われます。満月の夜には、月の光が海岸に向かって水面に反射する「月の道」と呼ばれる現象が起こります。また、この地域のあちらこちらでゼンテイカ（学名：*Hemerocallis esculenta*）などの季節の花々が見られます。この場所で時折モグラが掘ったトンネルが見られます。春と夏には波打ち際まで天然芝生が広がり、青と緑のコントラストはまさに絶景です。司馬遼太郎（1923-1996）は「どこかの天体から人がきて地球の美しさを教えてやらねばならないはめになったとき、一番にこの種差海岸に案内してやろう」と絶賛していました。

種差海岸インフォメーションセンターは、種差芝生地前にあります。

【タイトル】 厳島神社（ナレーション）

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>**严岛神社****<看板、应用程序・二维码、网页、其他>**

严岛神社镇守在从大久喜渔港伸展出的一个小小的半岛上。神社门前有三道朱红色鸟居，里面供奉的是女神弁财天[※]。但由于近年发生的一连串机缘巧合的奇遇，现在严岛神社更以地区复兴和国际友谊的象征闻名。

神社门前原来只有两道鸟居，都在2011年东日本大地震引发的海啸中被冲走。鸟居的部件在太平洋上漂流了两年，最终被冲上7000公里外的美国俄勒冈州的两处海滩。两道鸟居顶部的“笠木”于一个月内相继被发现，在波特兰日本庭园的馆长和理事的努力下，被送回了严岛神社。消失4年零9个月后，两道鸟居被重新安放回原位。为纪念波特兰市和八门市之间新缔结的友谊，人们在神社门前立起了第三道鸟居。

※弁财天：最早源于印度教的女神，创世神梵天的妻子。在佛教中被称为辩才天女、吉祥天女，传入日本后进而称为民间信仰中“七福神”之一，是其中唯一的女神。

<旁白・字幕>

严岛神社镇守在从大久喜渔港伸展出的一个小小的半岛上。神社门前有三道朱红色鸟居，里面供奉的是女神弁财天。但由于近年发生的一连串机缘巧合的奇遇，现在严岛神社更以地区复兴和国际友谊的象征闻名。

神社门前原来只有两道鸟居，都在2011年东日本大地震引发的海啸中被冲走。鸟居的部件在太平洋上漂流了两年，最终被冲上7000公里外的美国俄勒冈州的两处海滩。两道鸟居顶部的“笠木”于一个月内相继被发现，在波特兰日本庭园的馆长和理事的努力下，被送回了严岛神社。消失4年零9个月后，两道鸟居被重新安放回原位。为纪念波特兰市和八门市之间新缔结的友谊，人们在神社门前立起了第三道鸟居。

<繁体字>**嚴島神社****<看板、應用程式・QR code、網頁、其他>**

巖島神社鎮守在從大久喜漁港伸展出一個小小的半島上。神社門前有三道朱紅色鳥居，裡面供奉的是女神弁財天^{*}。但由於近年發生的一連串機緣巧合，巖島神社現在更以地區振興和國際友誼的象徵聞名。

神社門前原來只有兩道鳥居，都在 2011 年東日本大地震引發的海嘯中被沖走。部分鳥居在太平洋上漂流了兩年，最終被沖上 7000 公里外的美國俄勒岡州的兩處海灘。兩道鳥居頂部的「笠木」於一個月內相繼被發現，在波特蘭日本庭園的館長和理事的努力下，被送回了巖島神社。消失 4 年零 9 個月後，兩道鳥居被重新安放回原位。為紀念波特蘭市和八戶市之間新締結的友誼，人們在神社門前立起了第三道鳥居。

※弁財天：最早源於印度教的女神，創世神梵天的妻子。在佛教中被稱為辯才天女、吉祥天女，傳入日本後進而稱為民間信仰中「七福神」之一，是其中唯一的女神。

< 旁白・字幕 >

巖島神社鎮守在從大久喜漁港伸展出一個小小的半島上。神社門前有三道朱紅色鳥居，裡面供奉的是女神弁財天。但由於近年發生的一連串機緣巧合，巖島神社現在更以地區振興和國際友誼的象徵聞名。

神社門前原來只有兩道鳥居，都在 2011 年東日本大地震引發的海嘯中被沖走。部分鳥居在太平洋上漂流了兩年，最終被沖上了 7000 公里外的美國俄勒岡州的兩處海灘。兩道鳥居頂部的「笠木」於一個月內相繼被發現，在波特蘭日本庭園的館長和理事的努力下，被送回了巖島神社。消失 4 年零 9 個月後，兩道鳥居被重新安放回原位。為紀念波特蘭市和八戶市之間新締結的友誼，人們在神社門前立起了第三道鳥居。

< 日本語仮訳 >

巖島神社

< 看板、アプリ・QR コード、WEB、その他 >

巖島神社は、大久喜漁港から突き出した小さな半島の先端に鎮座しています。鮮やかな朱色の鳥居 3 基を構えるこの神社は、弁財天^{*}という女神を祀っています。しかし、近年起こった一連のできごとが奇跡のような結末を迎えたことにより、今日、この神社は復興と国際的な友好関係のシンボルとして最もよく知られています。

巖島神社にもともと 2 基あった鳥居は、どちらも 2011 年の東日本大震災の際、津波で流されてしまいました。鳥居の一部は 2 年の間、約 7,000 キロメートルにわたって太平洋を漂流し、オレゴン州の 2 か所の浜辺に別々に打ち上げられました。2 基の鳥居の笠木は、ひと月と間を置かずに見つけられ、ポートランド日本庭園の館長と理事の協力により神社に帰ってきました。姿を消してから 4 年 9 ヶ月を経て、2 基の鳥居は再び巖島神社に設置されました。ポートランド市と八戸市の新たな友好関係を記念し、神社には 3 基目の鳥居が建てられました。

※弁財天：インド神話の女神で、創造主・梵天の妻。中国仏教では「弁才天女」または「吉祥天

女」と呼び、日本では七福神の1つに数えられ、唯一の女神として信仰されている。

<ナレーション・字幕>

巖島神社は、大久喜漁港から突き出した小さな半島の先端に鎮座しています。鮮やかな朱色の鳥居3基を構えるこの神社は、弁財天という女神を祀っています。しかし、近年起こった一連のできごとが奇跡のような結末を迎えたことにより、今日、この神社は復興と国際的な友好関係のシンボルとして最もよく知られています。

巖島神社にもともと2基あった鳥居は、どちらも2011年の東日本大震災の際、津波で流されてしまいました。鳥居の一部は2年の間、約7,000キロメートルにわたって太平洋を漂流し、オレゴン州の2か所の浜辺に別々に打ち上げられました。2基の鳥居の笠木は、ひと月と間を置かずに見つけられ、ポートランド日本庭園の館長と理事の協力により神社に帰ってきました。姿を消してから4年9ヶ月を経て、2基の鳥居は再び巖島神社に設置されました。ポートランド市と八戸市の新たな友好関係を記念し、神社には3基目の鳥居が建てられました。

【タイトル】 館神社

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

館神社

<简介>

館神社所在位置原本是本地領主治下的“道佛館”，建于 500 多年前。这座小城堡毁于 1591 年的“九戸政実之乱”，但目前尚有众多遗迹残留于此。扫描二维码可获得更多相关信息。

<全文>

館神社所在位置原本是一座道佛館，建于 500 多年前。和典型的城堡不同，道佛館是一座方形單郭的小城堡，它的主人赤松吉時是南部家族的一名家臣。今天的青森县、岩手县和秋田县的部分地区都曾都是南部家族的領地。1591 年，因南部家族继承人之争而爆发“九戸政実之乱”，道佛館在战乱中遭受攻击并被摧毁。尽管建筑早已不在，现在的神社外围还能看到护城河遗迹，如今鸟居矗立的位置正是当年城堡入口所在。

館神社里祭祀的是八幡神，他是神道教的战神。现有的神社建筑是在 1981 年的一项重建工程中建造的。每年 7 月末，这里都会举办例大祭。

陆奥潮风步道从附近的阶上町穿过，館神社是这条长线上的一大标志性景观。通往神社的缓坡两侧，日本柳杉(Cryptomeria japonica)高耸林立，安详宁静；神社内有棵巨大的日本冷杉(Abies firma)，可谓青森县巨杉中的王者。

<繁体字>

館神社

<简介>

館神社所在位置原本是當地領主治下的「道佛館」，建於 500 多年前。這座小城堡毀於 1591 年的「九戸政實之亂」，但現在尚有許多遺跡殘留於此。掃描 QR code 可獲得更多相關資訊。

<全文>

館神社所在位置原本是一座道佛館，建於 500 多年前。和典型的城堡不同，道佛館是一座方形單郭的小城堡，它的主人赤松吉時是南部家族的一名家臣。今天的青森縣、岩手

縣和秋田縣的部分地區都曾是南部家族的領地。1591 年，因南部家族繼承人之爭而爆發「九戸政實之亂」，道佛館在戰亂中遭受攻擊並被摧毀。儘管建築早已不在，現在的神社週邊還能看到護城河遺跡，如今鳥居矗立的位置正是當年城堡入口所在。

館神社裡祭祀的是八幡神，祂是神道教的戰神。現有的神社建築是在 1981 年的一項重建工程中建造的。每年 7 月底，這裡都會舉辦例大祭。

陸奥潮風步道從附近的階上町穿過，館神社是這條長途步道上的一大標誌性景觀。通往神社的緩坡小徑兩側是一排排高聳林立的日本柳杉（*Cryptomeria japonica*），安詳寧靜；神社內有棵巨大的日本冷杉（*Abies firma*），可謂青森縣的巨杉之王。

<日本語仮訳>

館神社

[イントロ・バージョン]

館神社が立っている場所には、かつて、500 年以上前に建てられた「道仏館が」ありました。地元の領主が占有していたこの城館は、1591 年に起こった「九戸政実の乱」で破壊されましたが、今でも多くの遺構が残っています。QR コードをスキャンしてより詳しい情報をご覧ください。

[フル・バージョン]

館神社が立っている場所には、かつて、500 年以上前に建てられた道仏館がありました。道仏館は典型的な城とは異なる「館」でした。この城館を統べていたのは赤松吉時という、かつては現在の青森県、岩手県、秋田県の一部を支配していた強力な南部氏の家臣でした。城館は 1591 年に起こった「九戸政実の乱」と呼ばれる南部氏の後継者をめぐる争いで攻められ、破壊されました。元の建物は全く残っていないものの、神社の境内の外端には堀の名残が見られます。城館の入口は、現在鳥居が立っている場所にありました。

館神社は神道における戦の神、八幡を祀っており、現在の建物は 1981 年に行われた再建事業で建てられたものです。館神社は毎年 7 月下旬に例大祭を開催しています。

館神社は、近くの階上町を通る長距離自然歩道「みちのく潮風トレイル」のおすすめスポットのひとつです。館神社へと続く緩やかな登り坂は、静謐なスギ（学名：*Cryptomeria japonica*）の並木道です。神社の敷地内には、青森県最大級のモミ（学名：*Abies firma*）の巨木があります。

【タイトル】 寺下観音

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<简体字>

寺下观音

<简介>

寺下观音建于大约1300年前的镰仓时代(1185-1333)，寺内供奉佛教的大慈大悲观音菩萨。这里是跨越青森和岩手两县的朝圣之旅——“奥州南部糠部三十三观音巡礼”的首站。扫描二维码可获得更多相关信息。

<全文>

寺下观音建于大约1300年前的镰仓时代(1185-1333)，寺内供奉佛教的大慈大悲观音菩萨。这里是跨越青森和岩手两县的朝圣之旅——“奥州南部糠部三十三观音巡礼”的首站。

走过一道鸟居便来到规模宏大的寺院，寺内还有一座潮山神社。明治时代(1868-1912)以前，佛教寺庙和神道教神社共用土地是普遍现象。后来明治政府颁布神佛分离的法令，寺下的观音像曾被移至旁边八户市的一座寺庙。不过雕像最终还是被请回，现安放在观音堂内。

观音堂四周还有33尊观音像，代表着“西国三十三所”^{*}的观音寺。以前，从寺下观音出发的朝圣者每到其中一处灵场巡礼时，会在那里带走一捧土，返回寺下观音后，把它们分别埋在代表每处灵场的观音像底下。这样做至少可以让无法长途跋涉的信徒们能以遥拜表达心意。

从观音堂拾级而上可到钟楼，里面有一口八户藩领主于1720年命人铸造的梵钟。二战期间，军方在全国搜获金属熔炼后制造武器，这口钟也被搬走。所幸在其即将被熔化的时候，战争结束了，梵钟最终完璧无损地回到了寺中。本地传说钟声鸣响时，将头伸进钟里能增长智慧。这个说法听起来危险，但其实当钟声响起时，钟内的声音却意外地柔和悦耳。

每年5月的第3个周六、周日是寺下观音的“例大祭”。期间寺内钟声悠扬，会有众多的参拜者前来祈求无病消灾、阖家平安、五谷丰收以及海上安全，热闹非凡。

※西国三十三所：观音有三十三相，奈良时代的德道上人拟定33所观音寺作为巡礼灵场，因所在地和歌山县、大阪府、奈良县、京都府、滋贺县、兵库县以及岐阜县集中在本州岛西部，故称“西国”。

<繁体字>

寺下観音

<簡介>

寺下観音建於大約 1300 年前的鎌倉時代（1185-1333），寺內供奉佛教的大慈大悲觀音菩薩。這裡是跨越青森和岩手兩縣的朝聖之旅——「奧州南部糠部三十三觀音巡禮」首站。掃描 QR code 可獲得更多相關資訊。

<全文>

寺下観音建於大約 1300 年前的鎌倉時代（1185-1333），寺內供奉佛教的大慈大悲觀音菩薩。這裡是跨越青森和岩手兩縣的朝聖之旅——「奧州南部糠部三十三觀音巡禮」首站。

穿越一道鳥居便來到規模宏大的寺院，寺內還有一座潮山神社。明治時代（1868-1912）以前，佛教寺廟和神道教神社共用土地是普遍現象。後來明治政府頒佈神佛分離的法令，寺下的觀音像曾被暫時移至鄰近八戶市的寺廟。不過雕像最終被請回，現安放在觀音堂內。

觀音堂四周還有 33 尊觀音像，代表著「西國三十三所」*的觀音寺。以前，從寺下観音出發的朝聖者每到其中一處靈場巡禮時，會從當地帶走一捧土，返回寺下観音後，把它們分別埋在代表每處靈場的觀音像底下，讓無法長途跋涉的信徒們能以遙拜表達心意。

從觀音堂拾級而上到達鐘樓，樓裡有一口梵鐘是八戶藩領主於 1720 年命人鑄造的。二戰期間，軍方在全國搜獲金屬以熔煉製造武器，當時這口鐘也被搬走。所幸在其即將被熔化的時候，戰爭結束了，因此該鐘最終完璧無損地回到了寺中。本地傳說鐘聲鳴響時，將頭伸進鐘裡能增長智慧。這個說法聽起來危險，但其實當鐘聲響起時，鐘內的聲音卻意外地柔和悅耳。

每年 5 月的第 3 個週六、週日是寺下観音的「例大祭」。期間寺內鐘聲悠揚，會有眾多的參拜者前來祈求無病消災、闔家平安、五穀豐收以及航海平安，熱鬧非凡。

※西國三十三所：觀音有三十三座化身，奈良時代的德道上人擬定 33 所觀音寺作為巡禮靈場，因所在地和歌山縣、大阪府、奈良縣、京都府、滋賀縣、兵庫縣以及岐阜縣集中在本州西部，故稱「西國」。

<日本語仮訳>

寺下観音

[イントロ・バージョン]

寺下観音は、約 1300 年前、鎌倉時代（1185-1333）に創建されました。仏教における慈悲の仏、観音菩薩を祀る寺下観音は、青森県と岩手県の各地にある三十三ヶ所のお寺を詣でる巡礼

ルート「奥州南部糠部三十三観音巡礼」の一番札所です。QRコードをスキャンしてより詳しい情報をご覧ください。

[フル・バージョン]

寺下観音は、約 1300 年前、鎌倉時代（1185-1333）に創建されました。仏教における慈悲の仏、観音菩薩を祀る寺下観音は、青森県と岩手県の各地にある三十三ヶ所のお寺を詣でる巡礼ルート「奥州南部糠部三十三観音巡礼」の一番札所です。

入り口に鳥居が立つ広大な境内には、潮山神社もあります。明治時代（1868-1912）までは、仏教の寺院と神道の神社が敷地を共有することがよくありました。しかし、明治政府が神仏分離を強いる法律を制定した際、寺下の観音像はこの場所から近隣の八戸にある寺に移されました。最終的にこの像はここに戻され、現在は観音堂に安置されています。

観音堂を取り囲む 33 体の観音像は、「西国三十三所」[※]にある他の観音寺を表しています。寺下観音からの巡礼者は、これらの寺をめぐってその土を持ち帰り、それぞれの寺を表す像の下に埋めました。こうすることで、長旅のできない信徒も、少なくとも気持ちの上では遠くの寺を訪れることができたのです。

観音堂からの階段は、八戸藩主が 1720 年につくらせた鐘が下げられている鐘楼に続いています。この鐘は、第二次世界大戦中、溶かして武器を製造するために全国から金属が集められた際、軍に供出されました。幸い、鐘が溶かされる直前に戦争が終わり、鐘は無事に寺下観音に返還されました。地元の伝承では、この鐘が鳴らされている間に鐘の内側に頭を入れると知恵を授かるとされています。危険に思われるかもしれませんが、内側から聞く実際の鐘の音は、驚くほど柔らかで心地良い音色をしています。

毎年 5 月第 3 土日に開催される例大祭には、無病息災、家内安全、五穀豊穰、海上安全などを願う多くの参拝者が訪れ、鐘の音が 1 日中鳴り響き、境内は大変なにぎわいとなります。

※西国三十三所：観世音菩薩が三十三の姿に化身することから、奈良時代の徳道上人が三十三所の観音寺を観音信仰の霊場として定められたといわれています。霊場が現在の和歌山県、大阪府、奈良県、京都府、滋賀県、兵庫県、岐阜県など本州の西部に点在するため、「西国」と呼ばれています。

【タイトル】 灯明堂

【想定媒体】 看板、アプリ/QR コード、WEB、その他

<簡体字>

灯明堂

<简介>

灯明堂建于 1730 年。兴建目的是为祈求八户藩领主天花痊愈，同时作为灯塔为过往船只导航，护佑海上安全。扫描二维码可获得更多相关信息。

<全文>

灯明堂建于 1730 年。兴建目的是为了祈求患天花的八户藩领主康复，同时也是为了确保海上安全。这座意为圣火之堂的建筑发挥着灯塔的作用，为往来于八户湾和小舟渡沿岸的船只指航引路。灯明堂被视为传统灯塔的先驱，它以菜籽油为燃料，费用曾由八户藩领主承担。

灯明堂海拔约 250 米，据说在约 4 公里开外的海岸上都能看到它的灯火。如今，周边繁密青翠的林木挡住了以往的景致，不过徒步穿越丛林往返灯明堂，也不失为一段愉快的旅程。

<繁体字>

燈明堂

<簡介>

燈明堂建於 1730 年，為祈求八戶藩領主天花痊癒而興建，同時作為燈塔為往來船隻導航，保佑航海安全。掃描 QR code 可獲得更多相關資訊。

<全文>

燈明堂建於 1730 年，為祈求八戶藩領主天花痊癒和確保航海安全而興建。這座意為聖火之堂的建築發揮著燈塔的作用——為往來於八戶灣和小舟渡海岸沿線的船隻指航引路。燈明堂被視為傳統燈塔的先驅，它以菜籽油為燃料，費用曾由八戶藩領主負擔。

燈明堂位於海拔約 250 公尺處，據說在約 4 公里外的海岸上都能看到它的燈火。如今，周邊繁密青翠的林木擋住了以往的景致，不過徒步穿越叢林往返燈明堂，也不失為一段愉快的旅程。

<日本語仮訳>

灯明堂

[イントロ・バージョン]

灯明堂は、天然痘に冒された八戸藩主の回復および海上安全を祈願して、付近を通過する船を導く灯台として、1730年に建てられました。QRコードをスキャンしてより詳しい情報をご覧ください。

[フル・バージョン]

灯明堂は、天然痘に冒された八戸藩主の回復および海上安全を祈願するために1730年に建立されました。「神聖な灯のお堂」という意味の名前を持つこの建物は、八戸港湾および小舟渡沿岸を通過する船を導く灯台としての役割を果たしました。一般的な灯台の先駆けとされる灯明堂の灯りは、菜種油を燃料にしており、その費用は八戸藩主が負担していました。

標高約 250メートルに鎮座する灯明堂の灯りは、約 4km 離れた沿岸からでも見る事ができると言われています。その眺めは今では周囲を囲む森に遮られていますが、その森のおかげで灯明堂への往復は気持ちのよいハイキングコースになっています。

【タイトル】 五重塔跡

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

五重塔遗迹

<简介>

这里曾经矗立着一座五重塔，它建于1745年。塔尖的青铜相轮尚保存在灯明堂内。扫描二维码可获得更多相关信息。

<全文>

这里曾经矗立着一座五重塔，它建于1745年。这座塔在1913年毁于一场大风暴，只留下了塔尖的青铜相轮，目前被保存在灯明堂内。原塔仅高12米，是日本最小的五重塔之一，但据说以前从约4公里外的海面上也能望见。

从遗迹沿小道往上可达灯明堂。

<繁体字>

五重塔遺跡

<簡介>

這裡曾經矗立著一座建於1745年的五重塔。塔尖的青銅部件尚保存在燈明堂內。掃描QR code可獲得更多相關資訊。

<全文>

這裡曾經矗立著一座五重塔，它建於1745年。這座塔在1913年毀於一場大風暴，只留下了塔尖的青銅部件，目前被保存在燈明堂內。原塔僅高12公尺，是日本最小的五重塔之一，但據說以前從約4公里外的海面上也能看見。

從遺跡沿小道往上可達燈明堂。

<日本語仮訳>

五重塔跡

[イントロ・バージョン]

ここは、1745年に建てられた五重塔の跡地です。この塔の先端の青銅製相輪は灯明堂境内に保存されています。QRコードをスキャンしてより詳しい情報をご覧ください。

[フル・バージョン]

ここは、1745年に建てられた五重塔の跡地です。塔は1913年の暴風雨によって倒壊し、現存しているのは塔の先端の青銅製相輪のみです。この装飾は灯明堂境内に保存されています。高さ12メートルあまりだったこの塔は、日本で最も小さい五重塔のひとつでした。それでも、この塔は約4キロ離れた海からでも見る事ができたと言われています。

ここから道をさらに上って行ったところに灯明堂があります。

【タイトル】 潮山神社

【想定媒体】 看板、アプリ/QRコード、WEB、その他

<簡体字>

潮山神社

<简介>

潮山神社供奉的是神道教**剑神“经津主神”**。明治时代(1868-1912)政府下令神佛分离后，原本供奉于此的**观音像已经移至附近的寺庙“寺下观音”**。扫描二维码可获得更多相关信息。

<全文>

潮山神社是神道教**剑神“经津主神”**的祭祠。明治时代(1868-1912)政府下令神佛分离后，原本供奉于此的**观音像已经移至附近的寺庙“寺下观音”**。神社内矗立着一棵巨大的**银杏(Ginkgo biloba)**，秋天**树叶转成明黄色**，**飘落之际**，整个神社都如同**铺上了金色地毯**。

神社本殿（主殿）旁的石塔是一座“**经冢**”，它是**八户藩领主的家臣“接待宗硕”为祭奠死者、祈求生者繁荣而立**。**经冢下的石块上都刻有汉字佛经**。**该地区已经发现了15座这样的经冢**。

溪水旁的亭式建筑是“**寄场**”（会所），里面有一汪可以占卜吉凶的水潭。占卜者只要将一枚**硬币置于一张纸上**，将**纸放在水面上并许下心愿**。如果**纸沉了**，就意味着能称心如意。

沿着潮山神社外的坡道一路往上，途径**五重塔遗迹**后，**最终可以到达山顶的灯明堂**。

<繁体字>

潮山神社

<简介>

潮山神社供奉的是神道教的**剑神「经津主神」**。明治时代（1868-1912）政府下令神佛分离后，原本供奉于此的**观音像已经移至邻近的寺庙「寺下观音」**。扫描 QR code 可获得更多相关资讯。

<全文>

潮山神社是神道教**剑神「经津主神」**的祭祠。明治时代（1868-1912）政府下令神佛分离后，原本供奉于此的**观音像被移至邻近的寺庙「寺下观音」**。神社内矗立著一棵巨大

的銀杏（Ginkgo biloba），秋天樹葉轉成明黃色，飄落之際，整個神社都如同鋪上了金色地毯。

神社本殿（主殿）旁的石塔是一座「經塚」，它是八戶藩領主的家臣「接待宗碩」建造，為祭奠死者、祈求生者繁榮而立。經塚下的石塊上都刻有漢字佛經。該地區已經發現了 15 座這樣的經塚。

溪水旁的亭式建築是「寄場」（會所），裡面有一個水潭可以占卜吉凶。占卜者只要將一枚硬幣置於一張紙上，將紙放在水面上並許下心願。如果紙沉了，就意味著能心想事成。

沿著潮山神社外的坡道一路往上，途徑五重塔遺跡後，最終可到達山頂的燈明堂。

<日本語仮訳>

潮山神社

[イントロ・バージョン]

潮山神社は、剣の神である経津主神を祀っています。元々この場所にあつた観音像は、明治時代（1868-1912）に政府が神仏分離を強いる法律によって、近くの「寺下観音」に安置されるようになりました。QR コードをスキャンしてより詳しい情報をご覧ください。

[フル・バージョン]

潮山神社は、神道の剣の神である経津主神を祀っています。現在近くの寺下観音に安置されている観音像は、明治時代（1868-1912）に政府の令によって仏教と神道が分離される前はもともとこの場所にありました。境内にはイチョウ（学名：Ginkgo biloba）の巨木が立っています。秋になると、イチョウの葉は鮮やかな黄色に変わり、地面に落ちて神社の周りを黄金色のじゅうたんで覆います。

神社本殿の近くにある石塔は、八戸藩主の家臣、接待宗碩が死者の供養と生きている人々の繁栄を願って建てた経塚です。石塔の下には経文の文字が書かれた石が埋められています。この地域では、このような経塚が 15 基見つかっています。

小川のそばにある東屋のような建物「おより場」の中には、占いの儀式に使われる水場があります。占う人は紙に硬貨を乗せて、願いごとをしながらそれを水面に浮かべます。もし紙が沈んだら願いごとが叶うとされています。

潮山神社の先の上り道は、五重塔跡を過ぎて、丘の上に立つ灯明堂まで続いています。

地域番号	010	協議会名	浄土平集団施設地区運営協議会
------	-----	------	----------------

解説文一覧

NO.	スポット名 (タイトル)	中国語文字数	想定媒体
010-001	浄土平集団施設地区 / 浄土平ビジターセンター	450	アプリ QR コード・WEB
010-002	磐梯吾妻スカイライン 吾妻八景	1180	アプリ QR コード・WEB
010-003	吾妻連峰 / 吾妻小富士	510	アプリ QR コード・WEB
010-004	吾妻連峰 / 一切経山、東吾妻山	770	アプリ QR コード・WEB
010-005	吾妻連峰 / 吾妻山の火山活動	480	アプリ QR コード・WEB
010-006	浄土平地域 / 浄土平の湿原 (浄土平、酸ヶ平、景場平、谷地平、鳥子平、柵平、兎平、姥ヶ原を集約)	1475	アプリ QR コード・WEB
010-007	浄土平地域 / 浄土平の沼 (五色沼、鎌沼、桶沼を集約)	880	アプリ QR コード・WEB
010-008	浄土平集団施設地区 / 浄土平の星空 (浄土平天文台と浄土平の星空を集約)	470	アプリ QR コード・WEB
010-009	浄土平地域 / 浄土平の植物, 浄土平の動物, 浄土平の野鳥	1080	アプリ QR コード・WEB
010-010	浄土平集団施設地区 / 兎平エリア	340	アプリ QR コード・WEB
010-011	浄土平地域 / 浄土平の四季 (春夏秋冬を集約)	930	アプリ QR コード・WEB

【タイトル】 淨土平集團施設地区 / 淨土平ビジターセンター

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

淨土平游客中心

淨土平游客中心是探索磐梯朝日国立公园淨土平区域的便利中心点。有多条步道以这里为起点，通向湿地、湖泊、森林、山峰和火山口。游客中心挑高的大厅内设有各种展览，向游客介绍淨土平亚高山高原的地形和野生动植物，包括吾妻小富士荒凉的火山景观、原始且迷人的鎌沼，以及该区域一年四季盛开的鲜花。

登山步道

有 4 条主要步道蜿蜒穿过淨土平高原。游客中心介绍了步道沿途的植物和野花，以及火山、湿地和湖泊等重要地貌的历史信息。

互动式展览

游客可以通过一些展览，以虚拟的方式体验该区域的徒步之旅和优美风景。360 度的全景照片展示了从吾妻小富士火山口边缘欣赏到的吾妻山脉景色。此外，亦有一些互动视频，介绍经由酸平湿地和姥原湿地前往鎌沼的徒步路线。展览馆的地面上还印有鎌沼的巨幅航拍照片。

推荐及建议

游客中心的工作人员熟知淨土平高原以及磐梯朝日国立公园的所有区域，可以向游客分享季节性资讯、徒步旅行安全建议，以及关于一切经山火山活动强度的最新信息。淨土平游客中心从 4 月上旬至 11 月中旬开放（即磐梯吾妻天际线公路开放期间）。

<繁体字>

淨土平遊客中心

探索磐梯朝日國家公園的淨土平區域時，從淨土平遊客中心出發相當便利，多條步道起點都在此處，可以通往濕地、湖泊、森林、山峰和火山口。遊客中心挑高的大廳內設有各種展覽，介紹淨土平亞高山帶高原的地形與野生動植物，包括吾妻小富士荒涼的火山景觀、質樸迷人的鎌沼，以及該地不同季節盛開的花朵。

歩道

有 4 條主要歩道蜿蜒穿越淨土平高原，遊客中心介紹了歩道沿線の植物和野花，以及火山、濕地和池塘等重要地貌的歷史資訊。

互動式展覽

部分展覽提供虛擬體驗，讓遊客彷彿在此健行，並能欣賞到優美風景。360 度全景照片展示則能讓人感受置身於吾妻小富士火山口的邊緣時，眼前所欣賞到的吾妻山脈景色。此外，亦有互動影片介紹經由酸平濕地和姥原濕地前往鎌沼的健行路線。展覽空間的地面則有展示鎌沼的大型空拍照片。

推薦及建議

遊客中心的工作人員對於淨土平高原以及磐梯朝日國家公園其他區域非常了解，無論是季節性資訊、健行安全建議，或者一切經山の火山活動強度最新資訊，都可以請教他們。淨土平遊客中心從 4 月上旬至 11 月中旬開放（也就是磐梯吾妻天際線公路的開放期間）。

<日本語仮訳>

淨土平ビジターセンター

淨土平ビジターセンターは、磐梯朝日国立公園の淨土平エリアを探索するのに便利な拠点です。ここからつながっているトレッキングコースは湿地、沼、森林、山頂、そして火山の火口壁へと続いています。ビジターセンターの天井の高いホールでは、吾妻小富士の荒涼とした地形、美しい自然のままの鎌沼、この辺りに咲く季節の花々など、淨土平の亜高山性高原の地形と野生生物を紹介しています。

トレッキングコース

淨土平周辺には主に 4 つのトレッキングコースがあります。ビジターセンターの英語の案内パネルでは、各コースの情報を得ることができます。ここでは、コース沿いの植物や野花に加え、火山や湿原や沼といった主な地理的特徴に関する歴史が紹介されています。

インタラクティブな展示

ビジターセンターの一部の展示では、トレッキングや周辺の景色のバーチャル体験ができます。360 度の写真ディスプレイを通して、吾妻小富士の火口壁稜線から見える吾妻連峰の景色をお楽しみください。インタラクティブな動画では、酸ヶ平や姥ヶ原の湿地を通して鎌沼を目指すトレッキングコースを紹介しています。また、展示スペースの床一面には、鎌沼の巨大空中写真が配置されています。

お薦めとアドバイス

ビジターセンターの職員は淨土平と磐梯朝日国立公園について豊富な知識を持っているので、季節の情報や、トレッキングコースの安全に関する助言、一切經山の火山活動に関する最新の状況などを得

ることができます。浄土平ビジターセンターは、4月上旬から11月中旬まで（磐梯吾妻スカイラインの営業期間）営業しています。

【タイトル】 磐梯吾妻スカイライン 吾妻八景

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

磐梯吾妻天际线公路

长达 29 公里的磐梯吾妻天际线公路是“日本百名道”之一，沿途可以看到山脉、湖泊、湿地和火山口等令人印象深刻的风景。这条公路蜿蜒穿过磐梯朝日国立公园内的吾妻山脉，连接着福岛县北部的两个僻静区域——高汤温泉和土汤峠，这两个区域附近都有温泉。在沿途的各个观景点，可将“吾妻八景”的多样景致尽收眼底。

磐梯吾妻天际线公路从 4 月上旬至 11 月中旬开放，距离福岛市有 1 个小时的车程。

吾妻八景

吾妻八景涵盖了天际线公路沿线的主要景观特征。这些景色的命名者是著名小说家和诗人井上靖 (1907–1991)。

白桦峰

如果游客从高汤温泉出发，沿着天际线公路前行，首先映入眼帘的“吾妻八景”景点便是白桦峰。这段公路海拔达 1140 米，沿线的景观主要有岳桦和日本五针松。

燕谷

燕谷因燕子在峡谷的岩壁上筑巢而得名。在 1200 米高的观景台上，可以俯瞰燕谷的全景、跨越山谷的不动泽桥，以及远处的福岛盆地城市地带。秋天，各类植物错落分布在峡谷中，宛如色彩斑斓的织锦。

天狗之庭

此处景点海拔高 1350 米，作家井上靖将其正下方布满石块的地带想象成“天狗”的游乐场。天狗是日本民间传说中长着翅膀、红脸长鼻子的妖怪。从这里可以眺望福岛市和远处的阿武隈山脉。

浄土平

过去，山区苦行者来到吾妻山脉进行各种形式的精神修行。有几条古老的参拜路线通向这片风景优美的亚高山高原（浄土平），这里植物茂盛，野花遍地盛开。人们认为这片地方类似佛教中的浄土，是一个“极乐世界”。

该景点海拔高 1600 米，地处吾妻小富士山脚下，是磐梯吾妻天际线公路的中点。在晴朗的天气里，游客可以从这里看到一切经山、净土平湿地和东吾妻山。观景点的路对面是净土平游客中心，提供关于徒步路线以及净土平动植物和鸟类的信息。从游客中心出发有几条徒步路线，包括穿过净土平湿地的木栈道。

双龙之辻

从观景点望去，左侧的安达太良山和右侧的磐梯山看起来宛若两条龙（“双龙”）抬起龙头相互对峙。猪苗代湖位于两者之间，一部分的会津盆地延伸到远处。双龙之辻海拔 1546 米，位于天际线公路的急转弯处，距离净土平约 5 公里。

湖见峠

1959 年磐梯吾妻天际线公路建成后，从湖见峠便可欣赏到几处湖泊的景色。如今，湖泊被周围的植物遮蔽，但游客仍可以看到磐梯山。

天风境

在天风境（海拔 1280 米），游客可以欣赏辽阔山谷的全景，以及密林遍布的高山 (Mt. Takayama) 山腹。在晴朗的天气里，可以看到山腹处的幕瀑布倾泻而下，形成一道白色的水幕。许多游客将车停在此处，观赏美丽的秋叶。“天风”的字面意思即为“天上吹来的风”。

国见台

在国见台（海拔 1250 米）可以将磐梯山和会津盆地边缘地带的景色尽收眼底。“国”在这里的意思是“故乡”，代指昔日商人和参拜者在开始山间旅行或归来时，在告别的悲伤或归乡的喜悦中俯瞰到的家乡景色。据作家井上靖描述，国见台的日落景色就像“一首华丽交响曲的终章”。

<繁体字>

磐梯吾妻天際線公路

磐梯吾妻天際線公路獲選為「日本百名道」，沿途長達 29 公里可見山脈、湖泊、濕地和火山口等令人驚嘆的景色。公路蜿蜒穿過磐梯朝日國家公園內的吾妻山脈，連接福島縣北部僻靜的高湯溫泉與土湯峠，兩處周邊皆有溫泉湧出。遊客在路上的各個觀景點，可將「吾妻八景」多樣的風光盡收眼底。

磐梯吾妻天際線公路從 4 月上旬至 11 月中旬開放，距離福島市需 1 小時的車程。

吾妻八景

吾妻八景涵蓋了天際線公路沿線的主要景觀特徵，由著名小說家和詩人井上靖（西元 1907 - 1991）命名。

白樺峰

若從高湯溫泉沿著天際線公路行駛，「吾妻八景」中首先映入眼簾的景點是白樺峰，這段路線海拔高度達 1,140 公尺，主要可看到岳樺和日本五針松。

燕谷

燕谷因燕子在峽谷的岩壁上築巢而得名。站在 1,200 公尺高的觀景台上，遊客可以俯瞰燕谷全景、跨越山谷的不動澤橋，還能欣賞遠方福島盆地的城市景觀。秋季時，各類植物錯落分布在峽谷中，將其點綴得七彩繽紛。

天狗之庭

這處觀景點海拔高 1,350 公尺，作家井上靖將其正下方布滿石塊的大片區域，想像成「天狗（日本民間傳說中長著翅膀、有著紅臉和長鼻子的妖怪）」的遊樂場。從天狗之庭可以眺望福島市，以及遠處的阿武隈山脈。

淨土平

山岳苦行僧過去在吾妻山脈進行各種形式的宗教修行。淨土平是其中風景優美的亞高山帶高原，不僅植物茂盛，遍地開滿野花，還有幾條古老的朝聖路線通往此處。人們認為淨土平就像佛教中的淨土般，是一處「極樂世界」。

淨土平的觀景點海拔高度 1,600 公尺，地處吾妻小富士山腳下，是磐梯吾妻天際線公路的中間點。天氣晴朗時，遊客可以看到一切經山、淨土平濕地和東吾妻山。從觀景點過了公路對面則是淨土平遊客中心，提供關於健行路線以及淨土平動植物、鳥類的資訊。此外，遊客中心也是多條步道和健行路線的起點，包括穿過淨土平濕地的木棧道在內。

雙龍之辻

雙龍之辻的海拔高度 1,546 公尺，位於天際線公路的急轉彎處，距離淨土平約 5 公里。從觀景點望去，左側的安達太良山、右側的磐梯山看起來像兩條龍（雙龍）抬起頭面對面。豬苗代湖則位於雙龍之間，遠處可見延綿的會津盆地。

湖見峠

西元 1959 年磐梯吾妻天際線公路建成時，從湖見峠可欣賞到幾處湖泊的景色，名字也代表「可見到湖泊的峠」的意思。如今周圍的植物遮住了湖泊，但仍可看到磐梯山。

天風境

在天風境（標高 1,280 公尺）可欣賞到遼闊山谷的全景，以及森林密布的山坡。在天氣晴朗時，幕瀑布從山腰處傾瀉而下，形成一道白色的水幕。許多駕駛會在此停車，觀賞美麗的秋葉。至於「天風」這個名字，字面上的意思即為「天上吹來的風」。

國見台

從國見台（標高 1,250 公尺）可眺望一覽無遺的磐梯山，以及會津盆地周圍的景色，名稱中的「國」字意思為「故鄉」，代表昔日商人和朝聖者在穿過林間啟程或歸來時，於告別的悲傷以及歸鄉的喜悅中，眼前所看到的家園風光。據作家井上靖形容，國見台의日落景色就像「一首華麗交響曲的終章」。

<日本語仮訳>

磐梯吾妻スカイライン

山岳、湖、湿地、火口壁は、磐梯朝日国立公園の吾妻連峰を蛇行する長さ 29 キロ、「日本の道 100 選」にも選ばれる磐梯吾妻スカイラインから見える印象的な景色の一部です。この道は、福島県北部の人里離れた場所にある高湯温泉と土湯峠という 2 つのエリアを繋いでいます。沿いの各ビューポイントでは、吾妻八景に代表されるこの辺りの多様な地形のパノラマを目にすることができます。

4 月上旬から 11 月中旬まで開通している磐梯吾妻スカイラインへは、福島市から車で 1 時間です。

吾妻八景

磐梯吾妻スカイライン沿いの主な景観上の特徴を捉えているのが吾妻八景です。各ビューポイントの名前は、著名な小説家・詩人の井上靖（1907～1991 年）が名付けたものです。

白樺の峰

白樺の峰は、高湯温泉から磐梯吾妻スカイラインを出発した場合に最初に通る吾妻八景です。今日では、ダケカンバやゴヨウマツがこの辺りでは一般的です。

つばくろ谷

つばくろ谷という名前は、溪谷の岩壁に巣を作るつばくろがその由来です。標高 1,200 メートルの展望台からは、つばくろ谷のパノラマに加え、そこを渡す不動沢橋、そして遠くには福島盆地の市街地域を一望することができます。秋には、溪谷のさまざまな植物が豊かな色合いの景色を生み出します。

天狗の庭

作家の井上靖は、標高 1,350 メートルのこのビューポイント直下にある岩がごろごろした土地のことを、天狗の遊び場であると想像しました。景観は、福島市の街と遠くに見える阿武隈山地まで広がります。

浄土平

かつて山の苦行者は、この吾妻連峰へ精神修行の場を求めてやってきました。青々とした植物や野花で溢れたこの美しい亜高山台地（浄土平）へと、複数の古い巡礼ルートが続いています。仏教で無

上の喜びの楽園「浄土」のような場所だと考えられていました。

1,600m にある眺望ポイントは、吾妻小富士の麓に位置しており、磐梯吾妻スカイラインの中間点となっています。ここからは、晴天の日には一切経山、浄土平の湿原、そして東吾妻山を見ることができます。ビューポイントから道の反対側には浄土平ビジターセンターがあり、トレッキングコースや浄土平の植物、動物、野鳥に関する情報が提供されています。浄土平の湿原を突き抜ける木造の遊歩道など、ビジターセンターからは複数の散歩道やトレッキングコースがあります。

双竜の辻

ビューポイントから見ると、左側の安達太良山と右側の磐梯山が、首をもたげて向かい合う 2 匹の竜（双竜）のように見えます。猪苗代湖はその間に、遠くには会津盆地が見えるはずですが、双竜の辻は、浄土平から約 5 キロの場所にある標高 1,546 メートルの道路の急カーブに位置しています。

湖見峠

1959 年に磐梯吾妻スカイラインが建設された当時は、「湖が見える峠」を意味する湖見峠から複数の湖を見渡すことができました。現在は植物で湖が見えなくなっていますが、磐梯山は今でも望むことができます。

天風境

天風境（1,280 m）からは、深い森に覆われた高山の山腹へと続く広い溪谷のパノラマを目にすることができます。晴天の日には、山腹にある幕滝の小さな白滝を垣間見ることができます。多くの人がここで車を止め、秋の紅葉を楽しみます。天風とは、文字通り「天の風」という意味です。

国見台

国見台（1,250m）からは、磐梯山を見渡せ、会津盆地の端を見ることができます。「国」とは故郷を指し、昔、商人や巡礼者が旅立ちや帰りに山々を超える道中、悲しい別れや、帰郷を喜んで景色を見ていたことに由来します。作家の井上靖は、国見台から見える夕日の景色を、「まるで壮麗な幻想交響詩のフィナーレを奏でよう」と表しました。

【タイトル】 吾妻連峰 / 吾妻小富士

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

吾妻小富士

数千年的火山活动塑造了磐梯朝日国立公园内吾妻山脉的崎岖地貌，形成了像吾妻小富士（海拔 1707 米）这样的山峰。1500 多年前，连续猛烈的火山喷发导致熔岩流、火山灰和火山碎屑不断在火山口周围堆积，于是形成了这座山。山顶的锥形轮廓和对称的两侧斜坡让人不禁拿它与富士山相比较，“小富士”便由此得名。这是一座相对年轻的火山（大约有 6000 年的历史），但已经休眠了很长时间，未来喷发的可能性很小。

吾妻小富士的山坡看起来很荒凉，主要覆盖着松散的沙子、碎石和火山渣（火山岩）。这里的环境条件不适合植物生长，但仍有一些顽强物种能够在干燥的土壤中生存。徒步旅行时，游客可以看到生长在大岩石上的地衣和苔藓以及虎杖和曲芒发草等植物。日本本木植物五针松生长在山南麓，并慢慢向山坡上蔓延，这是生态演替的标志（火山喷发后植物逐渐恢复）。

从净土平停车场步行到火山口边缘大约需要 10 分钟。在火山口边缘，可以欣赏福岛盆地、净土平湿地的全景，还可以看到火山口内部。火山口深约 70 米，直径 500 米。沿着火山口边缘绕行一圈大约需要 1 个小时。

需要注意，这条步道上有许多松散的碎石（岩屑堆），并且有时会有强风，因此要格外小心，特别是在火山口边缘行走时。

<繁体字>

吾妻小富士

經過數千年來的火山活動，塑造出磐梯朝日國家公園內吾妻山脈的崎嶇地貌景觀。歷經了 1,500 多年，由於火山連續猛烈噴發，熔岩流、火山灰和火山碎屑不斷在火山口周圍堆積，逐漸形成了吾妻小富士（標高 1,707 公尺）。由於吾妻小富士的圓錐形山峰，加上對稱的兩側斜坡讓人聯想到富士山，因此被稱為「小富士」，它雖然是一座相對年輕（大約 6,000 年前形成）的火山，不過已休眠很久，未來噴發的可能性很小。

吾妻小富士主要覆蓋著鬆散的沙子、碎石和火山渣（火山岩），讓山坡看來顯得荒涼，環境條件不適合植物生長，但仍有一些生命力頑強的物種能在乾燥土壤中存活。遊客在健行時，可能會注意到長在大岩石上的地衣、苔蘚、虎杖及曲芒髮草等植物。日本本土物種五針松生長在山的南麓，並慢慢擴散到山坡上，這種火山噴發後植被逐漸長回來的情形稱作「生態演替」，即一個生態群落的物種結構隨著時間變化的過程。

從淨土平停車場步行走到火山口的邊緣，大約需要 10 分鐘。從火山口邊緣可環視福島盆地和淨土平濕地，並能觀察深約 70 公尺，直徑 500 公尺的火山口，沿著火山口邊緣繞行一圈則約需 1 個小時。

不過敬請遊客注意，步道上有很多鬆散的碎石（岩屑堆），而且可能會有強風，因此造訪時要格外小心，尤其是在火山口邊緣行走的時候。

<日本語仮訳>

吾妻小富士

数千年にわたる火山活動が、磐梯朝日国立公園にある吾妻連峰の起伏に富んだ地形を形成し、吾妻小富士（1,707m）のような新たな山を生み出しました。吾妻小富士は 1,500 年をかけて形成した山で、激しい噴火を繰り返した結果、火口側面に凝固した溶岩や火山灰、火山砕屑が堆積してできました。吾妻小富士の円すい形という形状と左右対称の傾斜が、富士山との比較対象になる所以です。吾妻小富士は比較的若い火山（約 6,000 年）ですが、非常に長い間噴火しておらず、将来的な噴火の可能性が低い火山です。

吾妻小富士の傾斜は荒涼とした外観で、緩い土砂や小石、スコリア（火山岩）に包まれています。環境は植物に適していませんが、一部の丈夫な種は、この乾燥土でも生き延びることができます。ハイキングに訪れた際は、大きな岩々に生えるコケや、イタドリやコマススキといった耐寒植物の存在に気づくでしょう。吾妻小富士の南麓にはゴヨウマツが生育しており、傾斜をじわじわと登っていることから、生態遷移（火山噴火後に植物がゆっくりと戻ってくること）がうかがえます。

火口壁の稜線までは、浄土平の駐車場から徒歩約 10 分の距離です。火口壁を歩くと、そこでは福島盆地、浄土平の湿原、そして、深さ 70 メートル、直径 500 メートルの火口というパノラマを楽しむことができます。1 周には約 1 時間を要します。

トレッキングコースはほとんどが小石（がれ場）でできており、強風の場合もあるので、特に火口付近を歩く場合は注意が必要です。

【タイトル】 吾妻連峰 / 一切経山、東吾妻山

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

一切经山和东吾妻山

一切经山

蒸汽和火山气体不断从一切经山（海拔 1949 米）东侧的大穴火口排出。一切经山是一座大约形成于 30 万年前的火山，现在仍然十分活跃，但一般来说可以安全攀爬。这座火山受到密切监测，步道在火山活动增加期间对公众关闭。

通往山顶的道路以浄土平游客中心为起点，途经浄土平湿地，单程步行大约需要 90 分钟。步道从酸平湿地的路标开始变得陡峭起来。大部分路段覆盖着火山碎屑，因此徒步行走很困难。徒步旅行者可以从山顶欣赏五色沼的景色，这座火山口湖因迷人的钴蓝色而声名远扬。西吾妻山脉就在五色沼不远处。从游客中心出发，经由一切经山山顶到五色沼的往返行程大约需要 4 个小时。如果经由镰沼和姥原湿地返回，则需要额外的 1 小时。

尽管存在火山气体，一些草木仍然可以在山上的部分区域生长，其中包括曲芒发草、日本虎杖、笃斯越橘和岩高兰的一个日本亚种。

一切经山是东北地区最活跃的火山，山上安装了监测设备，可以探测到最轻微的震动。徒步旅行时，务必要注意安全：注意不要吸入火山口散发出的火山气体，带上适当的徒步旅行装备，留出充足的时间，并留意天气预报。

东吾妻山

东吾妻山（海拔 1975 米）位于浄土平西南部。通往山顶的步道以浄土平游客中心为起点，途经镰沼和姥原湿地。在整个春季、夏季和秋季，可以欣赏生机盎然的亚高山植物和盛开的鲜花。

从姥原湿地开始，这条步道主要经过大白时冷杉（学名：Abies mariesii）林地。徒步旅行者可以从山顶欣赏吾妻山脉和里磐梯的全景，包括磐梯山和猪苗代湖。如果天气状况良好，还可以看到远处的饭丰山和月山。

徒步旅行者可以沿着相同的路线返回游客中心，也可以沿着向南的路线前往景场平湿地。这条步道很陡峭，而且经常泥泞不堪，因此只建议有经验的徒步旅行者选择。途经姥原湿地的往返行程大约需要 3 小时，而途经景场平湿地的往返行程大约需要 4 至 5 小时。

<繁体字>

一切經山和東吾妻山

一切經山

造訪一切經山（標高 1,949 公尺）時，可見到東側的大穴火口不斷冒出蒸氣和火山氣體，這座火山約於 30 萬年前形成，現仍十分活躍，但一般來說可以安全攀登，只是在火山活動增加期間，人們會對其密切監測，步道也不會對外開放。

通往山頂的道路從淨土平遊客中心出發，途經淨土平濕地，單程約需 90 分鐘，步道從酸平濕地登山點開始變得陡峭，大部分路段覆蓋著火山碎屑，讓徒步行走變得相當艱難。登上山頂後，遊客可以欣賞五色沼的景致，這些火山口湖因迷人的鈷藍色而遠近馳名。五色沼的不遠處則坐落著西吾妻山脈。經過一切經山山頂往返遊客中心和五色沼約需 4 個小時；若經由鎌沼和姥原濕地返回則需 5 小時。

儘管這個地帶瀰漫火山氣體，不過曲芒髮草、日本虎杖、篤斯越橘和一個岩高蘭的日本亞種等部分草木，仍能在山上的一些區域生長。

一切經山是日本東北最活躍的火山，山上置有監測設備，即使只是微震也能感應出來。不過在此健行時，仍務必要注意安全，並留意以下事項：避免吸入從火山口散發的火山氣體、帶上適當的健行裝備、確保有充足的時間走完行程，並請留意天氣預報。

東吾妻山

東吾妻山（標高 1,975 公尺）位於淨土平西南部，通往山頂的步道始於淨土平遊客中心，途經鎌沼和姥原濕地，在整個春、夏和秋季期間，都能欣賞到生機盎然的亞高山帶植物和盛開花卉。

抵達姥原濕地後，步道前方大部分都是大白時冷杉（學名：Abies mariesii）森林。登上山頂後，遊客能以全景視角觀賞吾妻山脈和裏磐梯的美景，也能看到磐梯山和豬苗代湖，天氣狀況良好時，還有機會眺望遠處的飯豐山和月山。

遊客可以沿著相同的路線返回遊客中心，或著向南往景場平濕地的步道下山，不過步道相當陡峭，而且經常泥濘不堪，因此只建議有經驗的人士前往。走完通過姥原濕地的往返路線約需 3 小時，途經景場平濕地的往返路線則約 4 至 5 小時。

<日本語仮訳>

一切經山、東吾妻山

一切経山

一切経山（1,949 m）の東側にある大穴火口からは継続的に蒸気や火山ガスが流出しています。一切経山は約 30 万年前に形成され、今でも火山活動は活発ですが、一般的に登山は安全にできません。常時監視されており、活発さが増した際にはトレッキングコースが閉鎖されます。

山頂へのルートは浄土平ビジターセンターで開始し、浄土平の湿原を通るコースです。所要時間は片道約 90 分です。このルートは、酸ヶ平湿原のウェイポイントから険しくなります。トレッキングコースの大部分が噴火堆積物に覆われており、足場を探すのが困難なこともあります。山頂からは、見る者を魅了するコバルトブルー色で人気の火口湖、五色沼を一望することができます。五色沼の先にあるのは西吾妻連峰です。一切経山山頂経由のビジターセンターから五色沼までの往復は、所要時間約 4 時間です。鎌沼と姥ヶ原経由で戻った場合、さらに 1 時間追加となります。

この辺りには火山ガスが漂っているものの、一部の草木は個々の環境でも育つことができます。コマススキ、イタドリ、クロマメノキ、ガンコウランなどです。

一切経山は、東北地方でもっとも火山活動が活発な山で、ささいな活動も見逃さないため監視設備が設置されています。トレッキングの際は、安全を考慮することが大切です。火口から吹き出る火山ガスを吸い込まないこと、適切なハイキング用具を持っていくこと、時間に余裕をもって出発すること、天候予報を確認することなどに注意しましょう。

東吾妻山

一切経山（1,975 m）は、浄土平の南西に位置しています。山頂へと続くトレッキングコースは浄土平ビジターセンターで始まり、鎌沼と姥ヶ原の湿原を通ります。道中には、春から夏と秋にかけて亜高山性の植物や花々が咲いています。

姥ヶ原から山頂へと続くコースは、その大部分がオオシラビソ（*Abies mariesii*）の森に覆われています。山頂からは、吾妻連峰と裏磐梯の景色を一望ことができ、磐梯山と猪苗代湖もここから見ることができます。天候によっては、遠くに飯豊山と月山が見えます。

コースを戻ってビジターセンターまで戻り、景場平へ向かう南方のルートを通って下山することもできます。このコースは険しく、ぬかるんでいることが多いため、経験者にのみお薦めのルートです。姥ヶ原経由の往復は約 3 時間で、景場平経由なら約 4～5 時間です。

【タイトル】 吾妻連峰 / 吾妻山の火山活動

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

吾妻山火山活动

吾妻火山群形成于 30 万年至 6 千年前，因火山反复喷发形成，如今部分山峰仍然处于活跃状态。一切经山（海拔 1949 米）是东北地区最活跃的火山，拥有多个喷气地带，其中的大穴火口会不断释放火山气体。这座火山受到密切监测，火山学家认为它很有可能再次喷发。

1893 年，一切经山的一次大喷发导致两名正在勘察该区域的工程师死亡。在这次喷发中，炽热的火山灰和火山气体被喷射至 2000 米的高空，大量熔岩和火山碎屑从燕泽的几个火山口喷出。一切经山最近一次喷发是在 1977 年，虽然喷发规模较小，但火山灰仍飘散到了 4 公里远的地方。

吾妻火山带是日本持续监测的 50 个火山活动区域之一。日本气象厅使用 5 个级别的火山喷发警戒系统对活火山进行分类，其中 1 级为最低，5 级为最高。净土平区域通常保持在 1 级（火山活动有可能增加）。然而，如果一切经山周围的警戒级别提高到 2 级或以上，包括磐梯吾妻天际线公路在内的整个净土平区域则会对游客关闭。

在前往该区域之前，请访问日本气象厅网站，确认相关的火山警告信息：

https://www.jma.go.jp/en/volcano/map_1.html

<繁体字>

吾妻山火山活動

距今 30 萬年至 6 千年前，吾妻火山群因火山反覆噴發而成，如今部分火山仍處於活躍狀態。一切經山（標高 1,949 公尺）是日本東北最活躍的火山，並有多個噴氣地帶，其中大穴火口不斷釋放火山氣體。火山學家透過嚴密的監測，認為一切經山很有可能再次噴發。

一切經山曾於西元 1893 年大噴發，導致兩名正在勘察的工程師喪生，期間熾熱的火山灰和火山氣體上沖至 2,000 公尺的高空，大量熔岩和火山碎屑從燕澤的多個火山口噴出。一

切經山最近一次噴發的時間則在西元 1977 年，雖然規模較小，但火山灰仍飄散到 4 公里外的地方。

吾妻火山帶是日本持續有在監測的 50 個火山活動區域之一。日本氣象廳使用 5 個等級的火山噴發警戒系統，將活火山分類：1 級為最低，5 級為最高。淨土平區域通常保持在 1 級（火山活動亦可能增加），但如果一切經山周圍的警戒等級提升至 2 級以上，包括磐梯吾妻天際線公路在內的整個淨土平區域將會禁止遊客進入。

在前往此地之前，請瀏覽日本氣象廳網站

(https://www.jma.go.jp/en/volcano/map_1.html)，確認相關的火山警報資訊。

<日本語仮訳>

吾妻山の火山活動

吾妻火山群は、繰り返される噴火により 30 万～6,000 年前に形成されました。一部の頂は今でも活動が続いています。一切経山（1,949 m）は東北地方でもっとも活発な火山で、この山に複数ある噴気地帯の 1 つである大穴火口からは継続的にガスが噴射されています。一切経山は嚴重な監視下にあり、火山学者達は噴火の可能性が高いと考えています。

1893 年に起きた一切経山の大きな噴火では、付近を調査中だった技師が 2 名亡くなっています。火山灰と火山ガスは上空 2,000 メートルまで立ち上り、溶岩の破片や灰が燕沢の複数の火口から大量に噴出されました。1977 年に起きた一切経山の最後の噴火は比較的小規模のものでしたが、それでも火山灰は 4 キロ先までとどきました。

妻火山帯は、活動が常時監視されている日本の 50 区域の 1 つです。気象庁では、5 段階の噴火警戒システムを使って活火山を分類しています。レベル 1 が最下、レベル 5 が最高警戒レベルです。淨土平エリアは、通常、レベル 1（活動が激しくなる可能性がある）を維持しています。ただし、一切経山周辺の警戒レベルが 2 以上になると、磐梯吾妻スカイラインを含めた淨土平エリア一帯は封鎖されます。

訪れる際は、気象庁のホームページ

(https://www.jma.go.jp/en/volcano/map_1.html) で噴火警戒レベルを確認しましょう。

010-006

浄土平集团施設地区運営協議会

【タイトル】 浄土平地域 / 浄土平の湿原（浄土平、酸ヶ平、景場平、谷地平、鳥子平、柺平、
兔平、姥ヶ原を集約）

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

浄土平の湿地

浄土平高原海拔约 1600 米，高原的大部分区域被湿地以及落叶树与常绿树混合林覆盖。这里的湿地为各种动植物提供了栖息地，包括候鸟和稀有的亚高山植物。雨季期间（6 月中旬至 7 月下旬），各处湿地上的野花竞相怒放，包括花朵呈亮粉色的岩镜、白毛羊胡子草，以及绽放一簇簇浅粉色花朵的短果杜鹃。这些湿地周围有多条自然步道，以浄土平游客中心为起点，全程 20 分钟至 5 小时不等。

浄土平湿地

生长在浄土平湿地（海拔 1580 米）的大部分植物是 1893 年一切经山火山喷发之后形成的原始植被。这片湿地除了生长着苔藓和亚高山植物外，还点缀着零星低矮的日本五针松。在夏季，候鸟会飞到这里的湿地栖息，并且一年四季都可以看到野兔、貂和白鼬等动物。

游客可以从浄土平游客中心出发，从木板步道（约 20 分钟）近距离观察浄土平湿地独特的植物及生态。部分路段可供轮椅通行。

酸平湿地

酸平湿地是一小片靠近镰沼北端的湿地区域，生长着种类繁多的亚高山植物。夏季，有着紫色花瓣的本土植物深山龙胆（学名：Gentiana nipponica）在整片区域绽放。从浄土平湿地出发，大约 40 分钟即可到达酸平湿地（海拔 1766 米）。

姥原湿地

5 月下旬至 6 月上旬，白毛羊胡子草长出白色的绒毛，日本高岭樱绽放出浅粉色的花朵。6 月至 7 月间，灌木稚儿车绽放出小巧的白色花瓣；7 月至 8 月间，笃斯越橘则会开出浅粉色的花朵。姥原湿地（海拔 1778 米）位于镰沼西南侧，东北侧是酸平湿地。从浄土平游客中心出发，到姥原湿地大约需要 1 个小时。

谷地平湿地

谷地平湿地是一处与世隔绝的湿地，周围群山环绕，紧邻一片大白时冷杉（学名：Abies mariesii）原始森林。这里生长着种类繁多的亚高山植物，到了秋天，湿地上的野草染上橙

色和金色，分外动人。

从姥原出发，可以沿着一条周围草木丛生的崎岖步道步行前往谷地平湿地（海拔 1504 米），用时大约 1 个小时。通往湿地周围木板路的路线途经一条河，需要在岩石上跳跃穿过河流。在雨季或大雨后，这条路线可能因为水位过高而无法通行。从净土平游客中心出发的往返行程大约需要 5 个小时，只建议有经验的徒步旅行者选择。

景场平湿地

东吾妻山（海拔 1975 米）流出的地下水滋养着景场平湿地（海拔 1690 米），许多种类的本土亚高山植物在湿地中茁壮生长。从春季到秋季，各种鲜花争相绽放，将这里装点成一片花的海洋。6 月，岩镜绽放出美丽的粉色花瓣；9 月，虾夷龙胆（学名：Gentiana triflora var. Japonica）开出迷人的紫色花朵。

从东吾妻山山顶到达景场平湿地大约需要 1 个小时；从沿着磐梯吾妻天际线公路的鸟子平登山口出发，大约需要 30 分钟。

鸟子平湿地

鸟子平（海拔 1606 米）是高山（Mt. Takayama，海拔 1804 米）山脚下的一小片沼泽地，周围环绕着由库页云杉、库页冷杉和大白时冷杉组成的针叶林。6 月，可以看到盛开的稚儿车，露出其标志性的小巧的白色花瓣和黄色花芯。每隔几年，在 6 月至 7 月间，众多小梅蕙草（学名：Veratrum stamineum var. Gladrum）同时盛开，白色花朵簇拥着一米长的花茎，将整个湿地装点成一片洁白的世界。

从磐梯吾妻天际线公路旁的鸟子平停车场出发，只需步行一小段路程即可到达这片湿地，也可以从兔平出发，行走 2 公里即可到达。

姆平湿地

从兔平停车场出发，步行 20 分钟即可到达姆平湿地（海拔 1658 米），道路两旁种植着成排的岳桦。6 月，草茱萸和舞鹤草纷纷开花，一片片白色的花朵贴着地面。这片湿地上还生长着许多小梅蕙草，形成了世所罕见的种群规模，每隔几年，它们便会在 6 月至 7 月间竞相绽放。

<繁体字>

淨土平的濕地

淨土平高原的海拔約 1,600 公尺，大部分由濕地、落葉樹與常綠樹的混合林組成，當中的濕地也是各種動植物的棲息地，包括候鳥和稀有的亞高山帶植物。雨季期間（6 月中旬至 7 月下旬）野花競相盛開，遊客可以欣賞岩鏡開出亮粉色的花朵、白毛羊鬍子草，以及綻放

一簇簇淺粉色花朵的白山石楠花，周圍另有多條從淨土平遊客中心出發的自然步道，走完全程需 20 分鐘至 5 小時不等。

淨土平濕地

大部分生長在淨土平濕地（標高 1,580 公尺）的植物，是由西元 1893 年一切經山火山噴發後形成的原始植被，除了苔蘚和亞高山帶植物外，各處也遍布低矮的日本五針松。夏季時候鳥會來此棲息，而且一年四季都能看到日本野兔、貂和白鼬等動物。

遊客可以走上起點位於淨土平遊客中心的木棧道（約需 20 分鐘），即可近距離觀察淨土平濕地獨特的植物及生態，而且部分路段可供輪椅通行。

酸平濕地

酸平濕地（標高 1,766 公尺）是一小片的濕地帶，靠近鎌沼北端，種類繁多的亞高山帶植物在此生長。夏季時，四處綻放著本土植物深山龍膽（學名：Gentiana nipponica）的紫色花朵。從淨土平濕地出發，大約 40 分鐘就能抵達酸平濕地。

姥原濕地

在 5 月下旬至 6 月上旬時，姥原濕地可見到白毛羊鬍子草長出白色的絨毛，日本高嶺櫻淺粉色的花朵也一齊綻放。到了 6 月至 7 月間，珍車開出美麗的白色小花；7 月至 8 月則有篤斯越橘淺粉色的花朵盛開。姥原濕地（標高 1,778 公尺）位於鎌沼西南側，東北側則坐落著酸平濕地。從淨土平遊客中心出發，到姥原濕地約需 1 個小時。

谷地平濕地

谷地平濕地與世隔絕，周圍群山環繞，緊鄰一片大白時冷杉（學名：Abies mariesii）原始林，並生長著種類繁多的亞高山植物，到了秋季，濕地上的野草變成橙色和金色，十分壯觀。

若想前往谷地平濕地（標高 1,504 公尺），可從姥原出發，沿著一條森林密布的崎嶇步道走約 1 個小時。至於通往濕地周圍木棧道的路線，遊客則會經過一條河，而且在通過部分路段時必須在岩石間跳躍，於是在雨季或下完大雨之後，可能會因水位過高而無法通行。從淨土平遊客中心往返約需 5 小時，只建議有登山經驗的遊客前往。

景場平濕地

東吾妻山（標高 1,975 公尺）所流出的地下水滋養著景場平濕地（標高 1,690 公尺），讓許多種類的本土亞高山帶植物得以在此茁壯生長，從春季到秋季，各種花卉爭相綻放，岩鏡在 6 月開出美麗的粉色花瓣；9 月則可見到「蝦夷龍膽」（學名：Gentiana triflora var. japonica）迷人的紫色花朵。

前往景場平濕地時，若從東吾妻山山頂出發約需 1 小時；從磐梯吾妻天際線公路沿線的鳥

子平登山口出發則約需 30 分鐘。

鳥子平濕地

鳥子平（標高 1,606 公尺）是高山（標高 1,804 公尺）山腳下的一小片沼澤地，周圍環繞著由赤蝦夷松、庫頁冷杉和大白時冷杉組成的針葉林。6 月時可看到珍車盛開，其特徵是小巧的白色花瓣和黃色花蕊。每隔幾年則能在 6 月至 7 月間欣賞眾多小梅蕙草（學名：Veratrum stamineum var. gladrum）一齊綻放，白色的花朵簇擁著 1 公尺長的花莖，將整座濕地妝點成一片潔白的世界。

遊客若想前往鳥子平濕地，從磐梯吾妻天際線公路沿線的鳥子平停車場出發，只需一小段路程，或者也可從免平出發，行走 2 公里便能抵達。

梅平濕地

從免平停車場啟程，步行 20 分鐘即可抵達梅平濕地（標高 1,658 公尺），道路兩旁種植著成排的岳樺。6 月時，草茱萸和舞鶴草紛紛盛開，一片片白色的花朵緊貼地面，景色非常壯觀，此外，梅平濕地也生長著大量的小梅蕙草，每隔幾年便會在 6 月至 7 月間綻放，形成一大片花海景色。

<日本語仮訳>

浄土平の湿原

浄土平の高原の大部分は落葉樹林や常緑樹林や湿原に覆われており、標高は 1,600 メートルにも及びます。この湿地帯は、渡り鳥や珍しい亜高山植物といった多様な動植物の生息地となっています。雨季（6 月中旬から 7 月下旬）には、鮮やかなピンクのイワカガミやワタスゲ、薄紫のハクサンシャクナゲなどの野花がそこら中に咲き乱れます。湿原周辺のさまざまな自然遊歩道が浄土平ビジターセンターからつながっており、20 分から 5 時間のコースまで用意されています。

浄土平湿原

浄土平湿原（1,580m）に生育する植生のほとんどが、1893 年の一切経山の噴火後にできた原生林です。コケや亜高山植物に加え、ゴヨウマツの低木が点在します。夏季には渡り鳥がこの辺の湿地帯にやってきて、日本ウサギやテン、オコジョといった動物は 1 年を通して目にすることができます。

浄土平ビジターセンターが開始地点となっているボードウォーク（約 20 分）からは、浄土平の湿原固有の植生や生態系を間近に観察することができます。一部は車いすでもアクセス可能です。

酸ヶ平湿原

鎌沼北端部付近のこの小さな湿地帯には、多種多様な亜高山植物が生育しています。夏には、紫

色の花びらを持つ原生のミヤマリンドウ (*Gentiana nipponica*) が咲き誇ります。酸ヶ平湿原 (1,766m) は、浄土平湿原から約 40 分で到達できます。

姥が原湿原

この湿地帯では、5 月下旬から 6 月上旬にかけて、ワタスゲの白い茂みが形成され、薄いピンクのタカネザクラが咲き誇ります。6 月と 7 月には小さな白い花びらを持つチングルマが咲き、7 月と 8 月にはクロマメノキが薄いピンクの綺麗な花を咲かせます。姥が原湿原 (1,778m) は、鎌沼の南西側に位置し、北東側には酸ヶ平湿原が位置しています。浄土平ビジターセンターからは姥が原まで約 1 時間で到着します。

谷地平湿原

この孤立した湿地帯は山々に囲まれ、オオシラビソの原生林に隣接しています。豊富な亜高山植物が生育しており、秋には、谷地平の草がひととき目を引くオレンジと黄金の色合いに変化します。

谷地平 (1,504m) までのハイキングは、姥が原から起伏に富んだ森林のトレッキングコースを通過して約 1 時間です。この湿地帯を周るボードウォークまでのルートでは川を渡り、一部では岩から岩へジャンプして進みます。雨季や大雨の後には水かさが増し、渡れないこともあります。浄土平ビジターセンターからの往復ルートは所要時間約 5 時間で、経験者以外には推奨されません。

景場平湿原

東吾妻山 (1,975m) から流れる地下水の栄養を受けている景場平湿原には、多くの種類の原生する亜高山植物が生い茂っています。春から秋にかけてはさまざまな花が咲き誇り、6 月に咲くピンクの花びらのイワカガミ、9 月に咲く紫色のエゾリンドウ (*Gentiana triflora* var. *japonica*) などがあります。

湿原には東吾妻山山頂からは約 1 時間、または磐梯吾妻スカイライン沿いの鳥子平登山口から約 30 分で到着します。

鳥子平湿原

高山 (1,804m) の麓に位置する小さな沼地、鳥子平 (1,606m) は、アカエゾマツ、トドマツ、オオシラビソの針葉樹林に囲まれています。ここでは、6 月に、小さな白い花びらで中心が黄色の花が特徴的なチングルマを探してみましょう。6 月と 8 月には、数年に 1 度花を咲かせるコバイケイソウ (*Veratrum stamineum* var. *gladrum*) が一気に花を咲かせ、高さ 1 メートルの茎の上に咲く白い花が湿原を埋め尽くします。

この湿地帯は、磐梯吾妻スカイライン沿いの鳥子平駐車場から短いコースで、あるいは、兎平から 2 キロのコースを通過して到達できます。

樽平湿原

樽平駐車場から徒歩 20 分の場所にある樽平湿原（1,658m）までの道のりには、ダケカンバが立ち並びます。6 月には、ゴゼンタチバナやマイヅルソウが足元に群生しています。樽平湿原には、数年に一度、6 月と 7 月に目にする事ができるコバイケイソウ最大級のコロニーがあります。

【タイトル】 浄土平地域 / 浄土平の沼（五色沼、鎌沼、桶沼を集約）

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

浄土平的湖泊

浄土平有几条步道通向湖泊，湖泊周围生长着各种亚高山植物，春去秋来，繁花不绝。一些湖泊是汇集了地下水和雨水的火山口，另一些湖泊的湖水则清澈透明或呈漂亮的蓝色，异常美丽。每片湖泊都有其独特的魅力，而且均可从浄土平游客中心步行前往（10分钟至2小时）。

鎌沼

在春季、夏季和秋季，竞相盛放的野花吸引着游客前往鎌沼（海拔 1770 米）。8 月至 9 月间，稀有的本土植物吾妻星草（学名：Eriocaulon takae）绽开花朵，每根细茎上擎着一朵小小的星形花蕾。6 月，岩镜舒展美丽的粉色花瓣，8 月至 9 月间，虾夷御山龙胆（学名：Gentiana triflora var. japonica f. montana）开出迷人的紫色花朵。鎌沼的西侧和南侧边缘长满了枝叶扶疏的“小梅蕙草”(Veratrum stamineum var. gladrum)，它们每隔几年在 6 月至 7 月间开放，花茎擎着一簇簇白色花朵。

鎌沼因弯曲的形状看起来像“镰刀”而得名。它的直径约为 1000 米，深 6 米，靠近酸平湿地和姥原湿地，北侧是一切经山。从浄土平游客中心出发，经由一条 5 公里长的环形步道可以到达鎌沼（往返需 2 小时）。

五色沼（魔女之瞳）

五色沼位于火山口中，色彩斑斓，令人着迷，有着“魔女之瞳”的美誉。在不同的天气下以及一天中的不同时间，五色沼的色彩会发生变化，从深蓝色变为镶嵌着翠绿色的醒目蓝宝石色。从浄土平游客中心出发，步行约 1 小时 20 分钟可到达一切经山（海拔 1949 米）山顶，从这里可以眺望被低矮的高山灌木和针叶树环绕的五色沼。再走 20 分钟，就可以到达火山口边缘，从这里可以俯瞰五色沼。五色沼的直径约为 300 米，深 9 米。

桶沼

桶沼（海拔 1600 米）位于一座古老的成层火山的火山口中，周围环绕着茂密的落叶林。它的直径约为 150 米，深 13 米。深蓝色湖水与春夏时节周围葱郁的绿色和秋季缤纷多彩的树叶形成鲜明的对比。6 月至 7 月间，稀有的本土植物根本石楠花簇拥着浅粉色的花朵，沿着通往桶沼的步道绽放。

从淨土平游客中心出发，只需 10 分钟即可到达桶沼。沿着这条步道再走 10 分钟即可到达兔平，那里有一处营地和一座山间小屋。

<繁体字>

淨土平的湖泊

淨土平有幾條步道通向湖泊，周圍生長著各種亞高山帶植物，春去秋來且繁花不絕。其中一些湖泊是火山口湖，地下水和雨水匯集於此，其他湖泊則擁有令人讚嘆的清澈或湛藍湖水，每座湖泊都具有其獨特的魅力，而且從淨土平遊客中心步行（10 分鐘至 2 小時）就能抵達。

鎌沼

在春夏秋三季，鎌沼（標高 1,770 公尺）野花競相綻放，吸引遊客前往，在 8 月至 9 月間，稀有的本土植物吾妻星草（學名：Eriocaulon takae）盛開，每朵花的細莖上擎著一朵小小星形花蕾；6 月時有岩鏡美麗的粉色花朵；8 月至 9 月間，蝦夷御山龍膽（學名：Gentiana triflora var. japonica f. montana）展現迷人的紫色花朵。至於西側和南側邊緣則長滿枝葉扶疏的小梅蕙草（學名：Veratrum stamineum var. gladrum），它們每隔幾年在 6 月至 7 月間綻放，形成一片白色花海。

鎌沼直徑約為 1,000 公尺，深 6 公尺，因其彎曲的形狀看來像「鎌刀」而得名，位置靠近酸平濕地和姥原濕地，北側則是一切經山。若要前往鎌沼，從淨土平遊客中心出發，經由一條 5 公里長的環形步道便能抵達（往返需 2 小時）。

五色沼（魔女之瞳）

五色沼位於火山口中，色彩斑斕而令人著迷，有「魔女之瞳」的美譽，在不同的天氣下，以及一天中不同的時段，顏色會從深藍變成令人驚嘆的藍寶石色，並且鑲著一層如夢似幻的翠綠。不妨從淨土平遊客中心出發，步行約 1 小時 20 分鐘能抵達一切經山（標高 1,949 公尺）山頂，可眺望低矮的高山灌木和針葉樹所環繞的五色沼，或者再走 20 分鐘到火山口邊緣，俯瞰直徑約 300 公尺，深 9 公尺的五色沼美景。

桶沼

桶沼（標高 1,600 公尺）直徑約 150 公尺，深 13 公尺，位於一座古老成層火山的火山口中，周圍環繞著茂密的落葉林，湖水呈深藍色，與春夏時節周圍蔥鬱的綠意，以及秋季繽紛多彩的樹葉形成鮮明對比。6 月至 7 月間，稀有的本土植物根本石楠花開滿淺粉色花朵，沿著通往桶沼的步道綻放。

從淨土平遊客中心出發，步行只需 10 分鐘即可到桶沼，再沿這條步道繼續走 10 分鐘，便會到達擁有一處營地和一座山間小屋的兔平。

<日本語仮訳>

浄土平の沼

浄土平のトレッキングコースは、春から秋にかけて花を咲かせる亜高山植物が縁に生育する沼に続いています。火山クレーターに地下水や雨水がたまってできた沼もあれば、高い透明度や鮮やかな青色を誇る沼もあります。それぞれに異なる魅力を持つこれらの沼へは、いずれも浄土平ビジターセンターから徒歩（10分～2時間）で訪れることができます。

鎌沼

春・夏・秋には、鎌沼（1,770m）の野草に惹かれるように人々がやってきます。ここを訪れた際には、8月から9月にかけて花を咲かせる、珍しい原生のアズマホシクサ（*Eriocaulon takae*）を目にすることができます。アズマホシクサは、細い茎の先に小さい星のような芽をつけます。6月にはピンクのイワカガミが咲き、8月から9月には紫色のエゾオヤマリンドウ（*Gentiana triflora* var. *japonica* f. *montana*）が咲き誇ります。鎌沼の西側と南側の縁は、多くの葉をつけるコバイケイソウ（*Veratrum stamineum* var. *gladrum*）の群落が覆い、6月から7月にかけては、数年に一度、白い花が咲きます。

鎌沼は、形が鎌に似ていることからその名がついています。直径約1,000メートル、深さ6メートルで、酸ヶ平湿原や姥ヶ原湿原に隣接していて、北側には一切経山が位置しています。浄土平ビジターセンターからは5キロ歩くと到達できます（往復約2時間）。

五色沼（魔女の瞳）

五色沼は、火口の中に位置し、人々の心を魅了する五色の水でできていることから、「魔女の瞳」という名前がついています。五色沼は、天候や時間帯により、エメラルド色の縁取りに濃い青になったり、鮮やかなサファイア色担ったりと、その色が変わります。浄土平ビジターセンターから約1時間20分で到達できる一切経山（1,949m）山頂からは、高山性低木や針葉樹に囲まれた五色沼を見渡すことができます。さらに20分歩くと、五色沼を見下ろすことのできる火口壁の稜線に着きます。五色沼は、直径約300メートル、深さ9メートルです。

桶沼（樋沼）

桶沼（1,600m）は古い成層火山の火口にある沼で、深い落葉樹林に囲まれています。直径約150メートル、深さ約13メートルです。春と夏には濃紺の水が周囲の緑と見事なコントラストを生み、秋には色鮮やかな紅葉が見られます。6月から7月には、樋沼へ続くトレッキングコース沿いに、薄いピンク色をした珍しい原生のネモトシャクナゲの群落が咲きます。

浄土平ビジターセンターからは 10 分で到達することができます。トレッキングコースをさらに 10 分ほど進むと、キャンプ場と山小屋がある兔平に着きます。

【タイトル】 淨土平集團施設地区 / 淨土平の星空（淨土平天文台と淨土平の星空を集約）

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

淨土平的星空

淨土平周围的山脉遮挡了附近小镇和城市的灯光，为观星提供了理想的条件。在大多数晴朗的夜晚，从磐梯朝日国立公园的这部分区域望去，用肉眼就可以看到大约 6000 颗星星，以及月亮、银河和许多行星。

在夏季，游客可以看到耀眼的恒星和星座，如人马座、仙后座、猎户座、双鱼座，以及横跨银河的夏季大三角（织女星、天津四和牛郎星）。流星在 7 月至 8 月期间很常见，尤其是在一年一度的英仙座流星雨高峰期（8 月 12 日至 13 日左右）。

淨土平天文台

天文爱好者可以通过淨土平天文台强大的 40 厘米口径卡塞格林反射望远镜观测月球、行星和恒星。5 月至 10 月期间，淨土平天文台每周三和周六会免费提供夜间观测会。有时在流星雨、日食、月食等天文现象期间会举行特别活动。

白天，游客可以在一楼的展览室里加深对天文学的了解，这里有陨石展览、行星模型以及用卡塞格林反射望远镜拍摄的高清照片。

淨土平天文台拥有闪亮的银色圆顶，从 4 月上旬至 11 月中旬开馆。天文台毗邻淨土平游客中心，营业时间因月份而异，但白天和晚上都会开馆，期间有 2 至 3 个小时的休息时间。请提前查询准确的开馆日期和入馆时间。

<繁体字>

淨土平的星空

淨土平位於磐梯朝日國家公園內，因為周圍山脈遮擋住附近市鎮的燈光，成為觀星的理想地點。在大多數晴朗的夜晚，從淨土平望向天空，用肉眼即可看到大約 6,000 顆星星，以及月亮、銀河和許多行星。

到了夏季，遊客有機會欣賞耀眼的恆星和像是射手座、仙后座、獵戶座、雙魚座等星座，

以及橫跨銀河的夏季大三角（織女星、天津四和牛郎星）。7 月至 8 月期間則通常可看到流星，尤其在大約 8 月 12 日至 13 日前後開始的一年一度英仙座流星雨的高峰期。

淨土平天文台

天文愛好者可以通過淨土平天文台所設的 40 公分口徑、功能強大的卡塞格林式反射望遠鏡，近距離觀察月球和其他行星和恒星。5 月至 10 月的每週三和週六有免費的夜間觀測活動，而且有時還在出現流星雨、日食和月食等天文現象期間舉辦特別活動。

白天造訪淨土平天文台的遊客，可在一樓的展覽室觀看隕石展覽、行星模型，以及用卡塞格林反射望遠鏡拍攝的高解析度照片，藉此深入了解天文學知識。

擁有閃亮銀色圓頂的天文台毗鄰淨土平遊客中心，從 4 月上旬至 11 月中旬開館，營業時間因月份而異，不過白天和夜間都有營業，之間有 2 至 3 小時的休息時間。建議在出發之前，先查詢確切的開館日期和營業時間。

<日本語仮訳>

浄土平の星空

浄土平を囲む山々は、付近の町々の照明をさえぎり、星を眺めるのに理想的な環境となっています。大抵の晴れた日には、約 6,000 個の星、月、天の川、そして多くの惑星を、磐梯朝日国立公園内のこの場所から肉眼で見ることができるかもしれません。

夏季には、射手座、カシオペア座、オリオン座、魚座、そして、天の川を横切る夏の大三角形（アルタイル、デネブ、ベガ）といった多くの光り輝く星々や星座を見ることができます。7 月から 8 月には流れ星がよく見られるようになり、8 月 12 日・13 日頃から始まるペルセウス座流星群のピーク時にはとりわけ多くの流れ星を見ることができます。

浄土平天文台

天文学ファンは、浄土平天文台の口径 40cm のカセグレン式反射望遠鏡を通して、月や他の惑星や星々を間近に観察することができます。5 月から 10 月の毎週水曜日・土曜日には夜間の観測会が無料で行われています。流星群や日食・月食などの天文学的現象が起こる際には、特別行事が行われることもあります。

日中は、隕石の展示、惑星の模型、カセグレン式反射望遠鏡でとらえた高解像度の写真が用意されている 1 階展示室で天文学の知識を深めることができます。

銀色に輝くドーム型の浄土平天文台は、4月上旬から11月中旬まで開館しています。浄土平ビジターセンターに隣接していて、営業時間は月により異なりますが、天文台は2～3時間の休憩をはさんで日中と夜間に開館しています。正確な開館日と入館時間については、事前にご確認ください。

【タイトル】 浄土平地域 / 浄土平の植物,浄土平の動物,浄土平の野鳥

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

浄土平の动植物和鸟类

浄土平の多样化环境使其成为众多动植物和鸟类的家园。从春季到秋季，遍地野花在湿地和湖岸边竞相怒放，落叶树和针叶树组成的原始森林覆盖了整个地表。夏季，有许多候鸟聚集在这里，猕猴和黑熊等本土哺乳动物则栖息在该区域的偏远林地。

浄土平的植物

浄土平の湿地、湖泊和森林是亚高山苔藓、野花、落叶树、针叶树和灌木的家园。

这里的森林大多是亚高山针叶林。吾妻五针松（学名：Pinus parviflora）是吾妻山脉的一个本土五针松亚种，常用于制作盆栽。大白时冷杉（学名：Abies mariesii）是本州北部山区的一种本土耐寒常绿树。在浄土平区域，许多大白时冷杉的西侧树干光秃秃的，树枝朝东生长，在冬季强烈西风的吹袭下形成旗帜状。

该区域最主要的落叶树之一是岳桦（学名：Betula ermanii），它有优美的铜色树皮和心形树叶，树叶在秋季会变为金黄色，很容易辨识。

在雨季（6月中旬至7月下旬），浄土平の湿地上点缀着白毛羊胡子草（学名：Eriophorum vaginatum）白雪般的绒毛和岩镜（学名：Schizocodon soldanelloides）的粉色钟形花朵。稚儿车（学名：Geum pentapetalum）也在雨季期间绽放小小的白色花瓣。7月至8月间，肉食性的圆叶茅膏菜（学名：Drosera rotundifolia L.）在湿地的酸性土壤中茁壮生长，它会用粘性卷须捕食昆虫。有一些本土高山花卉在夏末秋初开花，如绽放紫色喇叭状花朵的虾夷龙胆（学名：Gentiana triflora var. Japonica）。

根本石楠花（学名：rhododendron brachycarpum f. nemotoanum）是一种稀有的本土常绿灌木，可以开出一簇簇浅粉色的花。7月，游客可能会在桶沼或兔平周围看到这些通常很难见到的花。根本石楠花是白山石楠花（学名：rhododendron brachycarpum）的一个亚种，于1903年在吾妻山脉发现。

浄土平の动物

浄土平是许多日本本土动物的栖息地，如日本睡鼠、貂、鼬、白鼬和野兔。较大型的本土物种包括赤狐、髭羚、猕猴和黑熊。

淨土平的鸟类

在夏季月份，许多鸟类将淨土平的森林、湿地和湖泊当作栖息地。这些鸟在这里繁殖、筑巢，并以该区域丰富的昆虫、幼虫、种子、植被和花卉为食。

星鸦和烟腹毛脚燕（燕子的小亚种）经常在淨土平附近出没。星鸦常年生活在该区域，其特征是布满白色斑点的棕褐色羽毛。夏季，可以在这里的湖泊和湿地看到成群的绿头鸭、斑嘴鸭等水鸟。此外，还可以经常听到日本歌鸲、欧亚莺、蓝歌鸲和丛林夜鹰的歌声，不过很少能够见到它们。

<繁体字>

淨土平的動植物和鳥類

淨土平具有多樣的環境，成為無數動植物和鳥類的家園，從春季到秋季，濕地和湖邊開滿野花，落葉樹和針葉樹組成的原始林覆蓋整個地表。到了夏季會有許多候鳥聚集，獼猴和黑熊等本土哺乳動物則棲息在遠處的林地。

淨土平的植物

淨土平的濕地、湖泊和森林，是亞高山帶苔蘚、野花、落葉樹、針葉樹和灌木等植物的理想生長環境。

淨土平的森林大多是亞高山帶針葉林，像吾妻五針松（學名：Pinus parviflora）是吾妻山脈的本土五針松亞種，常用於製作盆栽。至於大白時冷杉（學名：Abies mariesii）則是本州北部山區原生的常綠樹，具有耐寒的特性。許多生長在淨土平的大白時冷杉樹枝朝東生長，西側樹幹則光禿禿的，是因在冬季強烈西風的吹襲下而形成像旗幟一樣的形狀。生長在淨土平的落葉樹中，岳樺（學名：Betula ermanii）是最主要的樹種之一，特徵為優美的銅色樹皮，以及在秋季會變為金黃色的心形樹葉。

到了雨季（6月中旬至7月下旬），淨土平的濕地上點綴著白毛羊鬍子草（學名：Eriophorum vaginatum）白雪般的絨毛，以及岩鏡（學名：Schizocodon soldanelloides）的粉色鐘形花朵，此時珍車（學名：Geum pentapetalum）也綻放著小小白花。至於食蟲植物毛氈苔（學名：Drosera rotundifolia L.）則在濕地的酸性土壤中茁壯生長，在7月至8月間以黏性捲鬚捕食昆蟲。其他一些原生高山花卉會在夏末秋初開花，比如綻放紫色喇叭狀花朵的蝦夷龍膽（學名：Gentiana triflora var. japonica）。

根本石楠花（學名：rhododendron brachycarpum f. nemotoanum）是一種稀有的原生常綠灌木，會開出一簇簇淺粉色的花朵。7月時，遊客有機會在桶沼或兔平一帶，發現平常很難

見到的根本石楠花，它是白山石楠花（學名：rhododendron brachycarpum）的亞種，於西元 1903 年在吾妻山脈被發現。

淨土平的動物

淨土平是多種日本原生動物的家園，像是日本睡鼠、貂、鼬、白鼬和野兔皆棲息於此，較大型的原生物種則包括日本赤狐、日本髭羚、日本獼猴和亞洲黑熊。

淨土平的鳥類

夏季期間，許多鳥類在淨土平的森林、濕地和湖泊棲息、繁殖和築巢，並以附近豐富的昆蟲、幼蟲、種子、野草和花卉為食。

在淨土平經常可見星鴉和煙腹毛腳燕（燕科亞種）的身影。星鴉終年生活於此，特徵是布滿白色斑點的棕褐色羽毛，夏季則能在湖泊和濕地觀賞成群的綠頭鴨和花嘴鴨等水鳥。此外，這裡經常聽到日本歌鴿、歐亞鸞、藍尾鴿和夜鷹的歌聲，不過很少看到牠們現身。

<日本語仮訳>

浄土平の植物、動物、鳥類

浄土平の多様な環境は、豊富な植物、動物、そして鳥類の棲み家となっています。春から秋にかけては野草が湿原と沼の周囲に花を咲かせ、地域固有の常緑樹と広葉樹の原生林が一帯を覆います。夏には多くの渡り鳥がここに集まり、マクザルやツキノワグマといった在来種の哺乳類がこの辺りの人里離れた森林地帯に生息しています。

浄土平の植物

浄土平の湿原や沼や森林は、亜高山性のコケ、野草、落葉樹、広葉樹、低木の生息地となっています。

この辺りの森林は、ほとんどが亜高山性針葉樹林です。ゴヨウマツ（アズマゴヨウマツ；Pinus parviflora）は、吾妻連峰に原生するシロマツの亜種です。盆栽に広く使用される種です。オオシラビソは、北本州の山々に原生する耐寒性の常緑樹です。浄土平の辺りでは、多くのオオシラビソが西側にむき出しに生育しており、枝は東向きに伸び、西の方角から吹く冬の強風により旗のような形を成しています。

このあたりで最も多い落葉樹林はダケカンバ（Betula ermanii）で、その優美な銅色の樹皮と秋に明るい黄色に紅葉するハート形の葉が特徴的です。

雨季（6月中旬から7月下旬）には、雪のようなワタスゲ（*Eriophorum vaginatum*）の草むらと、ピンクのベルの形をしたイワカガミ（*Schizocodon soldanelloides*）の花が湿地帯のあちこちに生育します。この時期には、小さな白い花びらをつけたチングルマ（*Geum pentapetalum*）も咲きます。丸い葉をつける食虫植物のモウセンゴケ（*Drosera rotundifolia* L.）は湿地帯の酸性土壌を好み、7月から8月にかけてそのネバネバした巻きひげで昆虫を捕らえます。トランペットの形をした紫色のエゾリンドウ（*Gentiana triflora* var. *japonica*）などの原生する高山植物は、夏の終わりから秋の初めにかけて花を咲かせます。

ネモトシャクナゲ（*rhododendron brachycarpum* f. *nemotoanum*）は、薄いピンクの花を花冠状に咲かせる、珍しい原生の常緑低木です。7月に訪れた際は、樋沼や兎平の辺りで、普段はなかなか見つからないこの花を見つけることができるかもしれません。ネモトシャクナゲは、1903年に吾妻連峰で発見されたハクサンシャクナゲ（*rhododendron brachycarpum*）の亜種です。

浄土平の動物

浄土平には、ニホンヤマネ、テン、イタチ、オコジョ、野ウサギなど、多くの在来種が棲息しています。大きい動物としては、ホンDIGツネ、ニホンカモシカ、ニホンザル、ツキノワグマといった在来種が棲息しています。

浄土平の鳥

夏季には、多くの鳥たちが、浄土平の森林・湿原・沼を生息地とします。これらの鳥は、ここで繁殖し、巣を作り、この辺りの豊富な昆虫、幼虫、種子、そして草花を餌とします。

ホシガラスや、小さなツバメの亜種であるイワツバメは、浄土平でよく見られます。ホシガラスは、この辺りに1年を通して生息する鳥で、チョコレートのような黒茶色に白い斑点の羽毛が特徴的です。夏には、マガモやカルガモといった水鳥が、この辺りの沼や湿地帯に生息しています。コマドリ、ウソ、ルリビタキ、ヨタカといった野鳥の声が聞こえるのは一般的ですが、その姿を目にできることは稀です。

【タイトル】 浄土平集团施設地区 / 兔平エリア

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

NOTE to stakeholder: If Azuma Hut closes in the future, you can delete the yellow highlighted parts.

関係者向け注記: 今後、吾妻小舎が閉鎖された場合、黄色箇所は削除して構いません。

兔平区域

在兔平（海拔 1576 米），游客可以入住一处备受欢迎的营地，该营地位于磐梯吾妻天际线公路沿线，距离净土平游客中心约 1 公里。这一树木繁茂的区域是探索净土平区域与徒步攀登东吾妻山和一切经山的便利基地。该区域有一个停车场、一处营地和一座山间小屋，附近还有多条步道，通向湿地、湖泊和吾妻山脉诸峰。

净土平营地提供帐篷营位、带自来水的厨房设施以及卫生间。露营者可以选择三种不同的场地：僻静的林间场地、没有树木的草地以及架高的木甲板场地。该营地由磐梯朝日国立公园的净土平游客中心管理。

游客可以选择在营地附近的吾妻小舎过夜。这座木屋设有宿舍风格的卧室，配备煤油暖炉、食堂和卫生间。墙壁上装饰着不同季节净土平周围山脉的风景照片。吾妻小舎建于 1934 年，多年来一直是备受徒步旅行者青睐的理想居所。

<繁体字>

NOTE to stakeholder: If Azuma Hut closes in the future, you can delete the yellow highlighted parts.

關係者向け注記: 今後、吾妻小舎が閉鎖された場合、黄色箇所は削除して構いません。

兔平區域

遊客可選擇在兔平（標高 1,576 公尺）廣受歡迎的淨土平營地過夜，該地距離磐梯吾妻天際線公路沿線的淨土平遊客中心約 1 公里，周圍樹木繁茂，無論出發探索淨土平區域，還是到東吾妻山、一切經山健行都很方便，而且設有停車場、一處營地和一座山間小屋。附近另有多條步道，通往吾妻山脈的濕地、湖泊和吾妻山諸峰。

浄土平營地由磐梯朝日國家公園の浄土平遊客中心管理，設有帳篷營地、具備自來水的廚房設施以及廁所，並提供露營者三種不同類型的場地，分別是僻靜的林間營區、無樹的草地營區，以及架高的木造平台營區。

另外，遊客也可以選擇入住緊鄰營地的吾妻小舎，那是一座設有宿舍風格臥室、煤油暖爐、食堂和廁所的木屋，牆壁上裝飾著浄土平周圍山脈不同季節的風景照。吾妻小舎建於西元 1934 年，多年來一直是備受登山客青睞的理想住宿地點。

<日本語仮訳>

兔平エリア

兔平（1,576 m）では、磐梯吾妻スカイライン沿いの浄土平ビジターセンター付近にある人気のキャンプ場に泊ることができます。この森林地帯は、浄土平エリアの探索や吾妻小富士や一切経山のトレッキングに便利な拠点となっています。ここには、駐車場、キャンプ場、山小屋、そして、吾妻連峰の湿地や沼や頂へと続く遊歩道が複数あります。

浄土平キャンプ場には、テント設営地、水道が引かれた台所設備、そしてトイレが用意されています。人里離れた山林エリア、木がなく草で覆われたエリア、高めの位置に設置された木造デッキエリアのうち、好きな場所にテントを設営することができます。キャンプ場は、磐梯朝日国立公園の浄土平ビジターセンターが管理しています。

また、キャンプ場近くの吾妻小舎に泊まることが可能です。この丸太で建てられた小舎には、寮タイプの就寝スペース、石油ヒーター、食堂、そしてトイレが付いています。壁には、季節折々の浄土平周辺の山々の写真が飾られています。吾妻小舎は 1934 年に建てられて以来、長年、登山者を受け入れています。

【タイトル】 浄土平地域 / 浄土平の四季（春夏秋冬を集約）

【想定媒体】 アプリ QR コード・WEB

<簡体字>

浄土平の四季

春

磐梯吾妻天际线公路于4月上旬开放时，积雪仍覆盖着地面。每年的这个时候，到访浄土平的游客可以体验雪地健行和野外滑雪，还可以在深达3米的雪堆之间沿着天际线公路驾车观光。

5月，阔叶树开始发芽，鲜花开始绽放。日本高岭樱娇嫩的粉色花朵为浄土平湿地、桶沼和姥原湿地周围点缀上一抹温暖的亮色。亮粉色的杜鹃花在浄土平随处可见，湿地上的白毛羊胡子草开出黄色花朵，然后在6月变为白色的绒毛。

夏

浄土平的许多亚高山植物在初夏的雨季开花，一片生机盎然。雨季通常从6月中旬持续到7月下旬，在此期间盛开的花包括粉色的岩镜、七瓣莲、本土杜鹃花（根本石楠花和白山石楠花）和浅紫色的深山龙胆花。从雨季结束到8月，白色花瓣的梅花草和黄色的粘芒兰（学名：*Aletris foliata* (Maxim.) Bureau et Franch）等各种花卉竞相怒放。

随着雨季的结束，气温上升，空气湿度有所下降。此时恰逢低海拔城市地区的温度和湿度飙升，因此许多游客前来浄土平避暑。通常，湿地地带的平均气温比附近的城镇要低10°C至15°C左右。

夏季是到浄土平观星的绝佳时间，游客可以看到英仙座流星雨等天文现象。该区域的光污染非常少，经常可以用肉眼看到银河系。从5月至10月，浄土平天文台每周三和周六提供夜间观星活动。在日食、月食和流星雨期间，有时还会举行特别活动。

秋

9月中旬，浄土平周围树木丛生的山坡开始换上彩色秋装，各种秋季花卉将整个湿地装点成了花的海洋。9月，本土虾夷龙胆（属于龙胆科）舒展紫色花瓣，深山秋麒麟草（一种本土水苏属草本植物）则会开出一簇簇鲜黄色花朵。

10月是沿着磐梯吾妻天际线公路观赏秋叶的大好时节。山坡染上鲜艳的红色、橙色和金色，与松树和冷杉的深绿色形成鲜明对比。燕谷、天风境和天狗之庭是沿天际线公路观赏秋叶的热门地点。每年的这个时候，气温会明显下降，建议穿上保暖的衣服。

冬

冬季，净土平进入一年中最寂静的季节。由于降雪和强风天气，磐梯吾妻天际线公路从11月中旬至4月上旬封闭。净土平区域成为鸟类和各种动物的专属乐园，如白鼬（短尾鼬鼠）、野兔和星鸦等动物。它们都能在严冬中生存：白鼬可以靠捕食野鼠、野兔或鸟类为生，星鸦可以靠储存的松果充饥，野兔的皮毛从棕色变为白色，以便隐藏在雪地里觅食。

<繁体字>

淨土平的四季

春

磐梯吾妻天際線公路於4月上旬開放時，積雪仍覆蓋地面，每年此時到訪淨土平的遊客可以體驗雪鞋健行和山岳滑雪等活動，還能沿著天際線公路駕車觀光，欣賞兩側高達3公尺的雪堆。

到了5月，闊葉樹開始發芽，繁花同時綻放，日本高嶺櫻開出嬌嫩的粉色花朵，讓淨土平濕地、桶沼和姥原濕地周邊顯得生氣蓬勃。此外，淨土平遍布亮粉色的杜鵑花，濕地上的白毛羊鬍子草開出黃色花朵，並於6月變成白色的絨毛。

夏

在初夏的雨季，許多淨土平的亞高山帶植物開出鮮豔花朵，雨季通常從6月中旬持續到7月下旬，期間盛開的包括粉色的岩鏡、七瓣蓮、原生種石楠花（根本石楠花和白山石楠花）和淺紫色的深山龍膽。接著從雨季結束到8月，則有白色花瓣的梅花草，以及黃色的粘芒蘭（學名：*Aletris foliata* (Maxim.) Bureau et Franch）等各種花卉競相綻放。

隨著雨季結束，氣溫上升，空氣濕度下降，此時位於低地的都市地區溫度和濕度飆升，許多遊客因此來到淨土平避暑。在一般的情況下，淨土平濕地的平均氣溫比附近的市鎮低10°C至15°C左右。

不僅如此，夏季也是在淨土平觀星的絕佳時期，遊客可以欣賞到英仙座流星雨等天文現象。由於淨土平光害程度很低，通常用肉眼即可看到銀河系。另外，在5月至10月的每週三和週六，淨土平天文台有提供夜間觀星行程，偶爾則在日食、月食和流星雨期間還會舉辦特別活動。

秋

9月中旬，淨土平周圍森林密布的山坡開始換上繽紛秋裝，秋季花卉一齊綻放，將濕地妝點成一片花海；整個9月期間，還有屬於龍膽科的原生種，即蝦夷龍膽的紫色花朵，以及屬於菊科的原生種深山秋麒麟草一簇簇亮黃色花朵盛開。

至於10月份是沿著磐梯吾妻天際線公路觀賞秋葉的大好時節，山坡染上鮮豔的紅色、橙色和金色，與松樹和冷杉的深綠色形成鮮明對比。燕谷、天風境和天狗之庭是沿路觀賞秋葉的熱門地點，每年到了此時氣溫明顯下降，因此建議穿上保暖衣物。

冬

淨土平一年中最寂靜的季節是冬季。由於降雪和颶強風，磐梯吾妻天際線公路從11月中旬至隔年4月上旬封閉，於是淨土平成為鳥類和白鼬（短尾鼬鼠）、野兔和星鴉等各種動物的專屬樂園。上述動物運用各種方法在嚴冬中生存，白鼬捕食野鼠、野兔或鳥類維生，星鴉以貯存的松果為食，野兔的毛皮從棕色變成白色，以利牠們躲在雪地覓食。

<日本語仮訳>

浄土平の四季

春

4月上旬に磐梯吾妻スカイラインが開通する頃、雪がまだ地面を覆っています。この時期に浄土平を訪れたなら、スノーシューやバックカントリースキーに加え、高さ最大3メートルにもものぼる雪だまりに挟まれたスカイラインのドライブを楽しむことができます。

5月には、広葉樹が芽を出し、花々が咲き始めます。この季節は、浄土平の湿原、桶沼、姥ヶ原の湿原周辺を、淡いピンクの花を咲かせるタカネザクラが彩ります。浄土平全体に鮮やかなピンクのツツジが咲き、6月には白い綿毛を付けたワタスゲの黄色い花が現れます。

夏

浄土平のほとんどの鮮やかな亜高山性植物は、初夏の雨季に花を咲かせます。雨季は、通常、6月中旬から7月下旬まで続き、この時期に咲く花にはピンクのイワカガミやツマトリソウ、原生のシャクナゲ（ネモトシャクナゲとハクサンシャクナゲ）、そして薄紫のミヤマリンドウなどがあります。雨季の終わりから8月には、白い花びらのウメバチソウや黄色いネバリノギラン（*Aletris foliata* (Maxim.) Bureau et Franch）といった花々が咲きます。

雨季の終わり頃には気温が上がり、大気中の湿度がわずかに下がります。この時期は、低地にある多くの都市部に見られる温度や湿度の急上昇を逃れてここを訪れる人が少なくありません。この辺りは、平均気温にして、付近の都市部よりも約10～15℃涼しくなっています。

夏の浄土平は天体観測に最適で、ペルセウス座流星群などの天文学的現象を目にすることができます。この一帯の光害は少なく、大抵は天の川を裸眼で確認できます。浄土平天文台では、5月から10月の毎週水曜・土曜に夜間に開館しています。日食・月食や流星群が見られる際には、特別行事が行われることもあります。

秋

浄土平周辺の山々の森におおわれた傾斜部は9月中旬に紅葉が始まり、湿原全体で秋の花々が咲き乱れます。9月には、この辺りに原生する紫の花びらを付けたエゾリンドウ（リンドウ科）や、鮮やかな黄色のミヤマアキノキリンソウ（キク科）が咲き誇ります。

10月は、磐梯吾妻スカイラインの紅葉真っ只中です。山腹が鮮やかな赤やオレンジや黄金色で溢れ、松やモミの木の深緑と見事なコントラストを見せてくれます。スカイライン沿いでは、つばくろ谷、天風境、そして天狗の庭が、紅葉で人気のビューポイントです。この時期から気温が大幅に下がるので、暖かい服装がおすすめです。

冬

浄土平の冬は静かな季節です。磐梯吾妻スカイラインは、雪や強風のため、11月中旬から4月上旬の間は閉鎖されています。オコジョ、野ウサギ、ホシガラスといった野鳥や動物たちが、浄土平一帯を独り占めにします。どの生物も、ここの厳しい冬を超すことができます。オコジョは野ネズミ、ウサギ、野鳥などで生き延びることができ、ホシガラスは蓄えてある松ぼっくりで生き抜くことができます。また、野ウサギは毛皮が茶色から白色に変わり、雪に隠れた食べ物をあさって生き延びます。

地域番号	011	協議会名	中部山岳国立公園南部地域利用推進協議会
------	-----	------	---------------------

解説文一覧

NO.	スポット名 (タイトル)	中国語文字数	想定媒体
011-001	乗鞍岳での食事	585	WEB
011-002	乗鞍岳の宿泊施設	725	WEB
011-003	高地について	650	WEB
011-004	2つの樺の物語	530	WEB
011-005	森林限界の上	495	WEB
011-006	神秘的なご来光：高山で日の出を拝む	550	WEB
011-007	乗鞍岳での天体観測	385	WEB
011-008	乗鞍スカイラインと濃飛バス	1300	WEB
011-009	乗鞍岳の高山植物の花畑	700	WEB
011-010	乗鞍本宮	455	WEB
011-011	乗鞍岳の高山植物	675	WEB
011-012	乗鞍岳の高山動物	585	WEB
011-013	奥飛騨の3つのスピリチュアルスポット	840	WEB
011-014	上高地での食事	515	WEB
011-015	上高地の宿泊施設	705	WEB
011-016	大正池	415	WEB
011-017	河童橋	535	WEB
011-018	ウエストン碑	890	WEB
011-019	田代池と田代湿原	500	WEB
011-020	明神池	580	WEB
011-021	新穂高ロープウェイ	810	WEB
011-022	アルプス街道平湯と平湯バスターミナル	530	WEB

【タイトル】 乗鞍岳での食事

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**乗鞍岳の美食**

乗鞍岳の壘平停車場周辺に两家レストラン、分別位於乗鞍岳壘平汽車總站內和銀嶺莊 2 樓、均供應拉麵、烏冬麵等簡餐以及更為豐盛的午市套餐和當地特色食品。此外、汽車總站內的餐廳還提供乘鞍特調獨家烘焙咖啡供遊客品嚐。

岐阜縣飛驒（音「駝」）地區出產的高品質牛肉「飛驒牛」遠近馳名。乗鞍岳也有使用飛驒牛肉的可樂餅、麵條澆頭、烤肉，和美味的牛肉包子。飛驒牛還被用於本地的特色鄉土料理「朴葉味噌燒」，這道菜肴樸實無華，用甜口味味噌醬覆蓋在牛肉及本地產的蔬菜上，然後一起放在朴葉上火烤，食材會被朴葉薰染上一縷美妙的木質清香。

乗鞍岳的另一道美食是叫「宿雉鍋」的暖鍋料理，把豬肉、大蔥、白蘿蔔等十多種食材放在味噌湯中慢燉而成。這道菜源自岐阜縣高山市北部的丹生川町，是慶祝秋收的傳統菜肴。菜名「宿雉」是以《日本書紀》（720 年）中擁有雙面、四手、四足的神將命名。

長野美食以野生山菜入饌的蕎麥麵聞名，紫萁（一種蕨類植物）、細竹筍、土當歸、蜂斗菜以及滑子菇都是常見配菜。

徒步旅行者大多了解高海拔地區做飯不易。壘平的餐廳海拔 2702 米，氣压低導致水的沸點只有 91°C，連煮熟米飯都很困難，不僅要花費更長時間，溫度不夠還影響米飯的口感。而且這裡遠離城鎮，對前往山頂的車輛又有種種限制，無論自帶食材還是携廚余下山都相當麻煩。儘管如此，面對源源不斷、飢腸轆轆的遊客，乗鞍岳的廚師們總是能夠滿足他們的需求。

<繁体字>**乗鞍岳の美食**

乗鞍岳の壘平停車場週邊に兩家餐廳，分別位於乗鞍岳壘平轉運站內和銀嶺莊 2 樓、均供應拉麵、烏冬麵等簡餐以及更為豐盛的午市套餐和當地特色食品。此外、轉運站內的餐廳還提供乘鞍特調烘焙咖啡。

岐阜の飛驒（音「駝」）地區出產高品質の「飛驒牛」肉，遠近馳名。乗鞍岳就有用飛驒牛肉製作的可樂餅、麵點、烤肉，和可口的牛肉包子。飛驒牛還被用於當地的特色鄉土料理「朴葉味噌燒」，這道菜肴樸實無華，用甜口味味噌醬覆在牛肉及當地產的蔬菜上，然後一起放在朴葉上火烤，食材會被朴葉薰染上一縷美妙的木質清香。

乗鞍岳の另一道美食是叫「宿儺鍋」的暖鍋料理，把豬肉、大蔥、白蘿蔔等十多種食材放在味噌湯中慢燉而成。這道菜源自岐阜縣高山市北部的丹生川町，是慶祝秋收的傳統菜肴。菜名「宿儺」是以《日本書紀》（720年）中擁有雙面、四手、四足的神將命名。

長野美食以野生山菜入饌的蕎麥麵聞名，紫萁（種蕨類植物）、細竹筍、土當歸、蜂斗菜以及滑子菇都是常見配菜。

健行旅行者大多瞭解高海拔地區做飯不易。壘平的餐廳海拔2702公尺，氣壓低導致水的沸點只有91°C，連煮熟米飯都很困難，不僅要花費更長時間，溫度不夠還影響米飯的口感。而且這裡遠離城鎮，對前往山頂的車輛又有種種限制，無論自帶食材還是攜廚餘下山都相當麻煩。儘管如此，乘鞍岳的廚師們總是會讓源源不斷的空腹遊客們得到滿足。

<日本語仮訳>

乗鞍岳での食事

乗鞍岳の壘平パーキングエリアには、乗鞍岳壘平バスターミナルと銀嶺荘の2階に2つのレストランがあります。どちらもラーメンやうどんなどの軽食から、ボリュームのある定食や地元の名物料理まで揃っています。バスターミナルのレストランでは、乗鞍ブレンドの独自焙煎のコーヒーを楽しむことができます。

岐阜県の飛騨地方は、飛騨牛という上質な牛肉が有名です。乗鞍岳ではコロッケ、麺類のトッピング、焼肉、そして香ばしい饅頭（肉まん）などに使われています。また、飛騨牛を使った代表的な郷土料理である「朴葉みそ焼き」もあります。この素朴な料理は、飛騨牛と地元産の野菜に甘めの味噌をかけ、朴葉の上で焼くことで、具材に森のようなほのかな良い香りがつくというものです。

乗鞍岳の「宿儺鍋」は、豚肉、長ネギ、大根など10種類以上の具材をじっくりと煮込んだ、味噌ベースの鍋料理です。岐阜県高山市の北部に位置する丹生川町で、秋の収穫を祝うために伝統的につくられています。この料理は、『日本書紀』（720年）に登場する2つの顔、4つの手、4つの足を持つ地元の神の戦士にちなんだものです。

長野県の料理といえば、山菜を使ったそば料理が有名です。ゼンマイ、細竹、ウド、フキ、ナメコなどの山菜がよく使われます。

多くのハイカーが知っているように、高所での調理には課題があります。壘平のレストランは標高2,702mの高地にあり、気圧が低いと、水の沸騰温度は約91°Cになります。そのため、普通のご飯でも炊くのが難しく、炊く時間が長くなったり、炊く温度が下がったりして、ご飯の食感が変わってしまいます。さらに、町までの距離が長く、山頂までの車の通行が制限されているため、食材の搬入や廃棄物の搬出にも手間がかかります。それでも乗鞍岳の料理人たちは、いつも列をなしているお腹を空かせたお客さんたちを満足させることに成功しています。

【タイトル】 乗鞍岳の宿泊施設

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**乗鞍岳住宿**

夜宿高山，醒来欣赏日出云海——这样独特的经历通常只有最勇敢的徒步旅行者才能享受。但乘鞍岳作为海拔 3000 多米级别的高山，却拥有无与伦比的交通条件，从乘鞍岳量平汽车总站步行少许路，即可到达设施良好的住宿地。无论休闲游客还是资深登山者，都能在这里舒适安全地过夜，然后投入次日的山地活动。

山顶附近有 3 个住宿地：乘鞍白云庄、银岭庄和肩之小屋。三家都在夏季（大约 6 月中旬至 10 月中旬）开放、雪季来临时关闭。白云庄和银岭庄位于量平停车场，它们提供舒适的常规住宿设施，可以同时满足休闲游客和徒步旅行者的需求。在这样的海拔高度上，两家酒店甚至多年来为客人提供浴池泡澡，被人们认为是奢侈的享受。水在山上相当宝贵，酒店的水都采集自雨水、融雪和附近的不消池。

肩之小屋是观看日出和星空的绝佳地点，从量平停车场往南步行 30 分钟左右可以到达。与该地区大部分山间小屋一样，肩之小屋旨在为徒步多日的旅行者提供挡风遮雨的庇护所及暖心的餐饮。小屋是距离乘鞍岳最高峰“剑锋”（3026 米）最近的住宿地，与大雪溪毗邻。大雪溪的积雪终年不化，即使盛夏也可以开展单板或双板滑雪运动。

乘鞍岳上的每个住宿设施都能为旅客提供舒适的环境和美味的食物，以及本地人的经验和智慧。设施工作人员能提供关于天气情况和徒步路线的建议，告知去哪里寻找山区的野生动植物。设施内还配备了简易救急医疗器械以及缓解高原反应的设备。

乘鞍岳的留宿历史由来已久。“山伏”（修验道的苦行僧）们在乘鞍岳的修行旅程中就会借宿于山上的茅棚和石洞中，比如圆空(1632-1695)和木喰(1718-1810)，这两位都以边云游各地边雕刻佛像而闻名。在乘鞍岳第二高峰“大日岳”（3014 米）山巅附近可以看见一个小石窟，据说木喰就曾投宿于此。

<繁体字>**乘鞍岳住宿**

夜宿高山，醒來欣賞日出雲海——這樣獨特的經歷通常只有最勇敢的健行者才能享受。但乘鞍岳作為海拔 3000 多公尺級別的高山，卻擁有無與倫比的交通條件，從乘鞍岳量平轉運站步行不遠即可到達設施良好的住宿地。無論休閒遊客還是資深登山者，都能在這裡舒適安全地過夜，然後投入次日的健行活動。

山頂附近有 3 個住宿地：乘鞍白雲荘、銀嶺荘和肩之小屋。三家都在夏季（大約 6 月中旬至 10 月中旬）開放、雪季來臨時關閉。白雲荘和銀嶺荘位於壘平停車場，它們提供舒適的住宿設施，可以同時滿足休閒遊客和健行者的需求。在這樣的海拔高度上，兩家酒店甚至多年來為客人提供浴池泡澡，被人們認為是奢侈的享受。水在山上相當寶貴，酒店的水都採集自雨水、融雪和附近的不消池。

肩之小屋是觀看日出和星空的絕佳地點，從壘平停車場往南步行 30 分鐘左右可以到達。和該地區大部分山間小屋一樣，肩之小屋旨在為健行多日的旅行者提供擋風遮雨的庇護所及暖心的餐飲。小屋是距離乘鞍岳最高峰「劍鋒」（3026 公尺）最近的住宿地，與大雪溪毗鄰。大雪溪的積雪終年不化，即使盛夏也可以開展單板或雙板滑雪運動。

乘鞍岳上的每個住宿設施都能為旅客提供舒適的環境和美味的食物，此外還有當地人的經驗和智慧。設施工作人員能提供關於天氣情況和健行路線的建議，告知去哪裡尋找山區的野生動植物。設施內還配備了簡易救急醫療器械以及緩解高山症的設備。

乘鞍岳的留宿歷史由來已久。「山伏」（修驗道的苦行僧）們在乘鞍岳的修行旅程中就會借宿於山上的茅棚和石洞中，其中包括以邊雲遊各地邊雕刻佛像而聞名的圓空（1632-1695）和木喰（1718-1810）。在乘鞍岳第二高峰「大日岳」（3014 公尺）山巔附近可以看見一個小石窟，據說木喰就曾投宿於此。

<日本語仮訳>

乗鞍岳の宿泊施設

標高の高いところで眠り、雲海から昇る朝日を見るために目覚めるという体験は、通常、恐れ知らずのハイカーだけの特権です。しかし、乗鞍岳は 3,000m 級の山としては他に類を見ないアクセスの良さで、乗鞍岳壘平バスターミナルから歩いてすぐの場所に素晴らしい宿泊施設があります。気軽な観光客から熟練したアルピニストまで、誰もが安心して快適に宿泊し、目覚めたら一日中、山遊びを楽しむことができます。

山頂付近には 3 つの宿泊施設があります。乗鞍白雲荘、銀嶺荘、そして肩ノ小屋です。いずれも夏場に（6 月中旬頃から 10 月中旬頃まで）営業していますが、冬場は雪のため休業となります。白雲荘と銀嶺荘は、壘平のパーキングエリアに位置し、一般的な宿泊施設のような快適さを求める観光客とハイカーの両方に対応しています。この 2 つの施設には、長年このような標高の高い場所では贅沢だと考えられていたお風呂も用意されています。ここでは水は貴重なもので、両施設ともに雨水や雪解け水、近くの不消ヶ池の水を利用しています。

肩ノ小屋は、壘平のパーキングエリアから南に 30 分ほど歩いたところにあり、ご来光や満天の星空を楽しむには絶好の立地です。この地域の多くの山小屋と同様に、肩ノ小屋は、数日間のハイキングをするハイカーに、簡素なシェルターと心のこもった食事を提供することを目的としています。乗鞍岳の最高峰である剣ヶ峰（3,026m）には他の宿泊施設よりも近く、真夏でも雪が残っておりスキーやスノーボードができる大雪溪にも隣接しています。

乗鞍岳の各宿泊施設では、快適な設備とおいしい食事に加え、地元の知恵と経験が生かされています。スタッフは、天気やハイキングコース、山の動植物の見分け方などをアドバイスしてくれます。また、軽度の医療緊急事態や高山病に対処するための設備も備えています。

乗鞍岳の宿泊には長い歴史があります。円空（1632-1695）や木喰（1718-1810）などの諸国遍歴の旅をしながら仏像を彫り続けた「山伏」（修行僧）が修験の旅として乗鞍岳を訪れ、小屋や岩窟に宿泊していました。乗鞍岳の第二の高峰である大日岳（3,014m）の頂上付近に残る小さな洞窟に、木喰が住んでいたと言われています。

【タイトル】 高地について

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**关于高海拔****高原反应**

很多人以为，只有在珠穆朗玛峰或者安纳普尔纳峰的暴风雪中攀登的勇士才需要担心高原反应（也称高山病），但在日本北阿尔卑斯山脉的高海拔地带，同样需要留意。寒冷、疲劳和低含氧量是引发高原反应的三大因素，了解病因、症状和应对方法至关重要。

高山上气温下降迅速，每上升 100 米，气温就会下降 0.6℃。高山市（570 米）和乘鞍岳壘平（2702 米）之间的海拔落差超过 2100 米。遇上强风时，山顶即使是在七八月的盛夏也犹如寒冬。

海拔超过 1500 米后，空气也会稀薄很多。如果海平面的气压为 1000 百帕，那么乘鞍岳上则只有 730 百帕左右，这个气压差足以使薯片包装袋因内部空气膨胀而破裂。对于人体来说，气压越低，空气越稀薄，进入体内循环系统的氧气也就越少，当缺氧状态叠加体力消耗和疲劳，就会引发高山反应，症状包括气短、头痛和恶心。

做好充分的准备是重中之重。请务必携带保暖、防水且防风的衣物，保证到达目的地时精神饱满，避免过度消耗体力，保持温暖干燥的状态。这个海拔高度出现的高原反应虽然令人不适，但一般没有生命危险。

如果症状明显，专家建议这样应对：先深吸气，再像吹蜡烛一般缓慢吐气，重复数次。这样能增加血液中的含氧量，减轻症状。如果需要更多帮助，山间小屋配有紧急供氧装备和训练有素的人员。

凉夏

虽有危险，但高山气候也有迷人之处。乘鞍岳的夏季远比海平面等高地区凉快得多，即使近邻城市也难望其项背。当高山市 30℃时，山上只有 17℃或 18℃。乘鞍岳的最高温很少超过 20℃，所以这里是人们躲避盛夏酷暑和潮湿的热门地。

<繁体字>**關於高海拔****高山症**

很多人以為，只有在聖母峰或者安納普爾納峰的暴風雪中攀登的勇士才需要擔心高山症（也稱高山病），但在日本北阿爾卑斯山脈的高海拔地帶，同樣需要留意。寒冷、疲勞和低含氧量是引發高山症的三大因素，瞭解病因、症狀和應對方法至關重要。

高山上氣溫下降迅速，每上升 100 公尺，氣溫就會下降 0.6°C。高山市（570 公尺）和乘鞍岳壘平（2702 公尺）之間的海拔落差超過 2100 公尺。遇上強風時，山頂即使是在七八月的盛夏也猶如寒冬。

海拔超過 1500 公尺後，空氣也會稀薄很多。如果海平面的氣壓為 1000 百帕，乘鞍岳上則只有 730 百帕左右，這個氣壓差足以使薯片包裝袋因內部空氣膨脹而破裂。對於人體來說，氣壓越低，空氣越稀薄，進入體內循環系統的氧氣也就越少，當缺氧狀態疊加體力消耗和疲勞，就會引發高山症，症狀包括氣短、頭痛和噁心。

做好充分的準備是重中之重。請務必攜帶保暖、防水且防風的衣物，保證到達目的地時精神飽滿，避免過度消耗體力，保持溫暖乾燥的狀態。這個海拔高度出現的高原反應雖然令人不適，但一般沒有生命危險。

如果症狀明顯，專家建議這樣應對：先深吸氣，再像吹蠟燭一般緩慢吐氣，重複數次。這樣能增加血液中的含氧量，減輕症狀。如果需要更多協助，山間小屋配有緊急供氧裝備和訓練有素的人員。

涼夏

雖有危險，但高山氣候也有迷人之處。乘鞍岳的夏季遠比海平面等高地區涼快得多，即使周邊城市也難望其項背。當高山市 30°C 時，山上只有 17°C 或 18°C。乘鞍岳的最高溫很少超過 20°C，所以這裡是人們躲避盛夏酷暑和潮濕的熱門地。

<日本語仮訳>

高地について

高山病

「高山病」というと、エベレストやアンナプルナの吹雪の中を勇敢に進む登山家だけのものと思われがちです。しかし、北アルプスの高所でも高山病の心配はあります。高山病の主な原因は、寒さや疲労、空気中の酸素濃度の低下などです。その原因や症状、対処方法を知っておくことが大切です。

高山では気温が急激に下がり、標高 100 メートルごとに 0.6°C ずつ下がっていきます。高山市（570m）から乗鞍岳の壘平（2,702m）までは、2,100m 以上登ります。風が強ければ、7~8 月でも山頂は冬のような寒さになります。

また、1,500m 以上になると空気が非常に薄くなります。海面が 1,000hPa の気圧だとすると乗鞍岳では 730hPa 程度となり、ポテトチップスの袋の空気が膨らんで破裂するほど下がります。人間の場合、気圧が下がると空気が減り、体の循環系に届く酸素が減ります。この酸素供給量の減少に加えて、身体運動や疲労が重なると、高山病になる可能性があります。症状としては、息切れ、頭痛、吐き気などがあります。

準備が重要です。暖かく、防水性、防風性のある服を必ず用意しましょう。リフレッシュした状態で到着し、激しい運動を避け、暖かく乾燥した状態で過ごしてください。この標高での高山病は不快ではありますが、命にかかわることは滅多にありません。

万が一、気分が悪くなった場合は、専門家が次のようにアドバイスしています。深く息を吸って、ろうそくの火を消すようにゆっくりと息を吐く。これを数回繰り返します。これで血液に酸素が行きわたり、症状が治まります。もし更に助けが必要な場合には、山小屋には緊急用の酸素供給装置があり、経験豊富なスタッフがいます。

涼しい夏

高山の気候には危険な面もある一方で、良い面もあります。夏の乗鞍岳は、海面と同様の標高の地域や近隣の都市さえよりもはるかに涼しいです。例えば、高山で 30 度の気温でも、乗鞍では 17～18 度にしかありません。乗鞍岳では 20 度を超えることはほとんどなく、真夏の蒸し暑さから逃れたい観光客に人気のスポットとなっています。

【タイトル】 2つの樺の物語

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**两种桦树的故事**

桦树的身影在全世界凉爽的北方气候带到处可见。在日本北阿尔卑斯山脉，最具代表性的桦树品种有两个：一种是白桦(*Betula platyphylla*)；另一种是岳桦(*Betula ermanii*)。桦树是天然的高度计，不同品种生长的海拔不同，生长带极少重合。蜿蜒穿行在通往乘鞍岳顶峰的林间道路上，攀爬至海拔1500米左右的沿途，入眼便是白桦树那引人注目的灰白色树干。再往上走，身边景色将逐渐变成岳桦的粉棕色树干，它们的生长区间是1500米至2500米。

仔细观察可以发现，这两种桦树还有更多显著区别。除了树皮色泽不同，叶片形状也各有特色。白桦的树叶呈三角形，底边齐平，有5至8对叶脉；岳桦的树叶则是略细长的铲形，叶脉为7至12对。白桦的树枝往斜上方伸展，而岳桦枝条的伸展方向与树干接近直角。两种桦树的树皮都会像纸片一样剥落，但成熟的岳桦树上明显斑驳的痕迹更多。

白桦和日本文化有着特别的关联。樱花象征新生，或时时还会勾起些许对无常的感伤；耀眼的红枫唤醒的是秋季热烈而转瞬即逝的美；白桦触发的则是多姿多彩的高原休闲场景。白桦树犹如一个历史符号，让人们联想起二战后高山户外活动在日本大众间蓬勃兴起的那段时光。看到它们，大家的脑海中就会浮现出那些高级山地度假村的影像。

<繁体字>**兩種樺樹的故事**

樺樹的身影在全世界涼爽的北方氣候帶到處可見。在日本北阿爾卑斯山脈，最具代表性的樺樹品種有兩個：一種是白樺 (*Betula platyphylla*) ；另一種是岳樺 (*Betula ermanii*) 。樺樹是天然的高度計，不同品種生長的海拔不同，生長帶極少重合。蜿蜒穿行在通往乘鞍岳頂峰的林間道路，攀爬至海拔1500公尺左右的沿途，入眼便是白樺樹那引人注目的灰白色樹幹。再往上走，身邊景色將逐漸變成岳樺的粉棕色樹幹，它們的生長區間是1500公尺至2500公尺。

仔細觀察可以發現，這兩種樺樹還有更多顯著區別。除了樹皮色澤不同，葉片形狀也各有特色。白樺的樹葉呈三角形，底邊齊平，有5至8對葉脈；岳樺的樹葉則是略細長的鏟形，葉脈為7至12對。白樺的樹枝往斜上方伸展，而岳樺枝條的伸展方向與樹幹接近直角。兩種樺樹的樹皮都會像紙片一樣剝落，但成熟的岳樺樹上明顯斑駁的痕跡更多。

白樺和日本文化有著特別的關聯。櫻花象徵新生，或時時還會勾起些許對無常的感傷；耀眼的紅楓喚醒的是秋季熱烈而轉瞬即逝的美；白樺觸發的則是多姿多彩的高原休閒場景。白樺樹猶如一個歷史符號，讓人們聯想起二戰後高山戶外活動在日本大眾間蓬勃興起的那段時光。看到它們，大家的腦海中就會浮現出那些高級山地度假村的影像。

<日本語仮訳>

2つの樺の物語

樺の木は、世界中の涼しい北部気候の地域でよく見られます。北アルプスでは、シラカバ（学名：Betula platyphylla）とダケカンバ（学名：Betula ermanii）の2種類の樺が有名です。それぞれが生息する標高がほとんど重ならないため、樺が天然の高度計の役割を果たしています。乗鞍岳山頂への曲がりくねった林道を通っていると、標高1,500m付近まではシラカバの特徴的な淡い灰色の幹が見られ、そこから徐々に、1,500mから2,500mにかけて生育するダケカンバのピンクがかかった茶色の幹に変わっていきます。

近くで見ると、他の特徴がこの2つの種を区別しています。樹皮の色の違いだけでなく、葉の形にも特徴があります。シラカバの葉は三角形で底が平らであり、葉脈は5～8対あります。ダケカンバの葉はもっと細長くスパードの形をしており、7～12対の葉脈があります。シラカバの枝は幹から斜め上に伸びますが、ダケカンバの枝は約90度の角度で伸びます。どちらも樹皮は紙のように剥がれますが、成熟したダケカンバの方がより多く剥がれます。

白樺の木は、日本の文化において特別な関連性があります。桜は新しい生命を象徴し、ときには無常の哀愁を帯びます。一方真っ赤なカエデは秋の燃えるような儂い美しさを連想させますが、白樺の木は高原のレジャーをイメージさせます。樺は、歴史的にも高原の高級リゾート地と関連しており、第二次世界大戦後、山でのアウトドアレジャーが一般にも普及した時代を思い起こさせます。

【タイトル】 森林限界の上

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**林线之上**

到了海拔 2500 米，乘鞍岳的植被变化巨大。这个高度以上，不再有树林，只有暴露在山风下的偃松灌木丛覆盖在山体高处。这个转折点被称为“林线”。远远望去，它在山体上一路延伸，形成了一条清晰的界线。林线以上才是高山世界。

高山的植物和动物都适应了极端环境。猛烈的山风和经年烈日暴晒造就了干燥的环境，水资源极为稀少。有些植物进化出紧紧卷曲的叶片来保存水分，有些则如偃松那样放缓了生长速度，一年只长几厘米。还有一些特别是开小花的植物，它们须在冰雪融化时立即发芽，最大程度利用短暂的生长期。于是，这里可能一周前还是一片白雪皑皑，几天后，崎岖的地面上却已经铺满鲜花。乘鞍岳的高山植物花季主要在 7 月和 8 月。

乘鞍岳群峰之间的火山口里积蓄着冰雪融水，众多高山花卉都集中在这些较为湿润的地方。昆虫和其它传粉者也聚在这里采集花粉，而鸟儿又从山下飞来捕食那些昆虫。终年生活在这里的日本岩雷鸟（*Lagopus muta japonica*，日本名为“雷鸟”）是高山地带最著名的鸟类居民，也是国家指定特别天然纪念物，它们通常隐蔽在稠密的偃松针叶层下觅食。看似光秃秃的岩石上紧附着坚韧耐寒的高山苔藓。

开往乘鞍岳山顶的巴士出发后大约 30 分钟到达林线。

<繁体字>**林線之上**

到了海拔 2500 公尺，乘鞍岳的植被呈现出戲劇性的變化。這個高度以上，不再有樹林，只有暴露在山風下的偃松灌木叢覆蓋在山體高處。這個轉捩點被稱為「林線」。遠遠望去，它在山體上一路延伸，形成了一條清晰的界線。林線以上才是高山世界。

高山的植物和動物都適應了極端環境。猛烈的山風和經年烈日暴曬造就了乾燥的環境，水資源極為稀少。有些植物進化出緊緊捲曲的葉片來保存水分，有些則如偃松放緩了生長速度，一年只長幾公分。還有一些特別是開小花的植物，它們須在冰雪融化時立即發芽，最大程度利用短暫的生長期。於是，這裡也許一星期前還是一片白雪皚皚，幾天後，崎嶇的地面上就已經鋪滿鮮花。乘鞍岳的高山植物花季主要在 7 月和 8 月。

乘鞍岳群峰之間的火山口裡蓄積著冰雪融水，眾多高山花卉都集中在這些較為濕潤的地方。昆蟲和其它傳粉者也聚集在這裡採集花粉，鳥兒則從山下飛來此處捕食那些昆蟲。終年生活在這裡的日本岩雷鳥（*Lagopus muta japonica*，日本名為「雷鳥」）是高山地帶最

著名的鳥類居民，也是國家指定特別天然紀念物，牠們通常隱蔽在稠密的偃松叢下覓食。看似光禿禿的岩石上緊附著堅韌耐寒的高山苔蘚。

開往乘鞍岳山頂的客運出發後大約 30 分鐘到達林線。

<日本語仮訳>

森林限界の上

標高 2,500m になると、乗鞍岳の植物は劇的に変化します。この標高を越えると、木はなくなり、代わりに低木のようなハイマツの吹きさらしの茂みが山の高いところを覆います。この転換点は「森林限界」と呼ばれ、遠くから見ると山肌にくっきりとした線が伸びています。森林限界を超えると、高山の世界が始まります。

高山の植物や動物は、厳しい環境に適応しています。猛烈な風が吹き、より太陽光に晒されることで乾燥した環境になります。水は非常に少ないです。ある種の植物は、葉をしっかりと巻いて水分を保持するように進化してきました。ハイマツのように成長速度が遅く、1 年に数センチしか伸びないものもあります。また、特に小さな花を咲かせる種は、短い生育期間を有効に使うために、雪解けと同時に生え始めます。ある週には、地面がまだ雪に覆われていても、次の週には岩の多い土が花で覆われます。乗鞍岳のほとんどの高山植物は 7 月から 8 月に開花します。

雪解け水は乗鞍岳の各峰の間のクレーターに溜まり、高山植物の多くはこの湿った場所に集まってきます。その花粉を求めて昆虫や他の受粉媒介者が集まり、その昆虫たちを求めて鳥が低地から飛来するのです。高山帯で最も有名な鳥類で、国指定の特別天然記念物であるライチョウ（学名：Lagopus muta japonica）は、年間を通して生息しています。ライチョウは、ハイマツの厚い層の下に隠れて餌をとります。むき出しの石の上には丈夫な高山性のコケが付着しているのです。

乗鞍岳の山頂を目指すバスは、出発して約 30 分で森林限界に到達します。

【タイトル】神秘的なご来光：高山で日の出を拝む

【想定媒体】WEB

<簡体字>

神秘的“御来光”：高山观日出

高山日出在日语中有个专用词，叫“御来光”。早在有文字记录之前，苦行者、僧侣和虔诚的俗家修行者们就已登上日本的各座高峰，他们冥想、祈祷，并目睹最为振奋人心、充满精神力量的场景——日出云海，金光万丈。

登高看日出在日本人的宗教信仰和民族意识中具有重要意义。在神道教中，太阳是天照大神，她是天上的主宰、皇室先祖。在日本密宗佛教里，宇宙之佛“大日如来”与太阳有关。此外，日本的“日出之国”之名也历史悠远。早在公元 607 年的推古天皇时代，圣德太子(574-622)摄政，他派遣隋使至中国，写给隋炀帝的国书中即已自称“日出处天子”（见《隋书·倭国》）。直到 1400 多年后的今天，日本对日出的崇拜仍然是国家文化、历史和精神特质的一部分。

如今的来访者不再需要像早期登山者那样历经艰险才能登上乘鞍岳的最高峰迎接御来光。7 月下旬至 9 月中旬，天亮前有御来光巴士（日语为“ご来光バス”）从长野和岐阜县的汽车站出发，到达乘鞍岳壘平汽车总站的车程都在 50 至 60 分钟之间。从壘平徒步至山顶（剑峰，3026 米）的路途相对轻松，需时约 90 分钟。巴士运行的时间点专为观赏日出而设定。

乘鞍岳日出时刻：

7 月：4:50 左右

8 月：5:00 左右

9 月：5:20 左右

准备行李时切记，即使在盛夏，山顶也可能相当寒冷。

<繁体字>

神秘的「御來光」：高山觀日出

日語中，高山日出有個專用詞，叫「御來光」。早在有文字記錄之前，苦行者、僧侶和虔誠的俗家修行者們就已登上日本的各座高峰，他們冥想、祈禱，並目睹最為振奮人心、充滿精神力量的場景——日出雲海，金光萬丈。

登高看日出在日本人的宗教信仰和民族意識中具有重要意義。在神道教中，太陽是天照大御神，祂是天上的主宰、皇室先祖。在日本密宗佛教裡，宇宙之佛「大日如來」與

太陽有關。此外，日本的「日出之國」之名也歷史悠遠。早在西元 607 年的推古天皇時代，聖德太子（574-622）攝政，他派遣隋使至中國，寫給隋煬帝的國書中即已自稱「日出處天子」（見《隋書·倭國》）。直到 1400 多年後的今天，日本對日出的崇拜仍然是國家文化、歷史和精神特質的一部分。

如今的遊客不再需要像早期登山者那樣歷盡艱險才能登上乘鞍岳的最高峰迎接御來光。7 月下旬至 9 月中旬，天亮前都有御來光客運（日語為「ご来光バス」）從長野和岐阜縣的轉運站出發，到達乘鞍岳壘平轉運站的車程都在 50 至 60 分鐘之間。從壘平健行至山頂（劍峰，3026 公尺）的路途相對輕鬆，需時約 90 分鐘。客運運行的時間點專為觀賞日出而設定。

乘鞍岳日出時刻：

7 月：4:50 左右

8 月：5:00 左右

9 月：5:20 左右

準備行李時切記，即使在盛夏，山頂也可能相當寒冷。

<日本語仮訳>

神秘的なご来光：高山で日の出を拝む

「ご来光」とは、高山で拝む日の出のこと。公式な記録が残る前から、修験者や僧侶、熱心な一般信者が日本の高峰に登り、瞑想し、祈りを捧げ、最も高揚感のあるスピリチュアルな光景である、雲の上から黄金の光を放つ朝日を目にしてきました。

高い山頂から日の出を見ることは、日本の精神的な信仰と国民意識の両方に重要な意味を持っています。神道では、太陽は、天界の支配者で皇室の祖先である天照大御神として崇められています。日本の密教では、太陽は宇宙の仏である大日如来と結びつけられました。さらに、日本のよく知られた呼称「日出ずる国」には驚くほど古い歴史があります。607 年、推古天皇時代の摂政であった聖德太子（574-622）が遣隋使に託した隋煬帝に宛てた国書に「日出づる処の天子より」という一文があります（『隋書倭国伝』）。14 世紀が経った今でも、ご来光を崇拜することは、この国の文化的、歴史的、精神的アイデンティティの一部となっています。

今では、初期の登山者が経験したような危険や困難に遭うことなく、乗鞍岳の最高地点からのご来光を体験することができます。ご来光見学バスは、7 月下旬から 9 月中旬にかけて、長野県と岐阜県の両方のバス停から「ご来光バス」が夜明け前に出発します。乗鞍岳壘平バスターミナルまでは、どちらの県からも 50～60 分で到着します。壘平から山頂（剣ヶ峰、3,026m）までは、比較的簡単なハイキングで約 90 分です。バスは登山者が日の出に間に合うように運行されています。

<ご来光の時刻の目安>

7 月：午前 4 時 50 分頃

8 月：午前 5 時頃

9 月：午前 5 時 20 分頃

なお、山頂は真夏でもかなり冷え込むことがありますので、荷物を準備する際にはその点ご注意ください。

【タイトル】 乗鞍岳での天体観測

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**乗鞍岳観星**

为了尝试监测最遥远的太空，大阪市立大学的宇宙射线学者们曾于1949年遍访日本高山，寻找最佳观测点。由于海拔高、天空澄澈的原因，乘鞍岳的高山台地“壘平”成为他们的最终选择。1953年，东京大学宇宙射线观测所（今乘鞍观测所）在此地落成。从那以后，乘鞍岳一直是广大天文研究者和爱好者心中的圣地，他们可以在此追尋到无比壮观的夜空星象。

天气好的时候，乘鞍岳上的观星条件极佳。壘平四面高山环抱，阻挡了邻近的松本和高山等城市的灯光干扰。与相同海拔高度的其它位置相比，这里的交通条件也不可多得。从松本和高山都有到乘鞍岳壘平汽车总站（2702米）的定点巴士。

从壘平出发的最后一班回程巴士在天黑前发车，所以想要观星的话，应该做好在山上过夜的计划，在乘鞍白云庄、银岭庄和肩之小屋中选择一家住宿。山上的住宿价格合理、舒适方便，有的还为客人提供电子望远镜和星图。

新月时的能见度和拍摄效果最佳。

<繁体字>**乘鞍岳觀星**

為嘗試監測最遙遠的太空，大阪市立大學的宇宙射線學者們曾於1949年遍訪日本高山，尋找最佳觀測點。由於海拔高、天空澄澈的原因，乘鞍岳的高山臺地「壘平」成為他們的最終選擇。1953年，東京大學宇宙射線觀測所（今乘鞍觀測所）在此地落成。從那以後，乘鞍岳一直是廣大天文研究者和愛好者心中的聖地，他們可以在此追尋到無比壯觀的夜空星象。

天氣好的時候，乘鞍岳上的觀星條件極佳。壘平四面高山環抱，阻擋了鄰近的松本和高山等城市的燈光干擾。與相同海拔高度的其它位置相比，這裡的交通條件也不可多得。從松本和高山都有到乘鞍岳壘平轉運站（2702公尺）的定點客運。

從壘平出發的最後一班回程客運在天黑前發車，所以想要觀星的話，應該做好在山上過夜的計畫，在乘鞍白雲莊、銀嶺莊和肩之小屋中選擇一家住宿。山上的住宿價格合理、舒適方便，有的還為客人提供電子望遠鏡和星圖。

新月時的能見度和拍攝效果最佳。

<日本語仮訳>

乗鞍岳での天体観測

1949年、大阪市立大学の宇宙線研究者たちは、宇宙の最果てを観測する実験を行うため、最適な場所を求めて日本の山々を調査しました。標高が高く、空が非常に澄んでいることから、乗鞍岳の高地である「畳平」を最終的に選びました。1953年、この地に東京大学宇宙線観測所（現・乗鞍観測所）が建設されました。以来、乗鞍岳は、夜空の素晴らしい景色を求めるプロや趣味の天文学者を魅了してきました。

天候に恵まれたとき、乗鞍岳は天体観測するのにぴったりの場所です。なぜなら、畳平は山の稜線に囲まれた盆地にあり、松本市や高山市など近隣の都市の夜の光を遮ることができるからです。また、同じような標高の高い場所に比べて、高原へのアクセスも素晴らしいです。松本と高山から乗鞍岳畳平バスターミナル（標高 2,702m）まで定期バスが運行しています。

最終バスは暗くなる前に畳平を出発するので、天体観測を希望される方は、この山の宿泊施設、乗鞍白雲荘、銀嶺荘、肩ノ小屋のいずれかに宿泊されることをお勧めします。宿泊施設は手頃な価格で快適、そして便利なおうえ、観光客が利用できる望遠鏡や星座早見盤を置いているところもあります。

視界と写真撮影は、新月の 때가 ベストです。

【タイトル】 乗鞍スカイラインと濃飛バス

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**乗鞍 Skyline 和浓飞巴士公司**

乗鞍 Skyline（天际公路）指的是岐阜县域内一条长 14.4 公里的公路，它连接着平汤峠（垭口，1684 米）和乗鞍岳顶峰附近的壘平（2702 米）。2003 年起，为保护自然环境，这条公路禁止私家车上路，只允许巴士、出租车、持有特许证的车辆，以及自行车行驶。早在 1948 年，浓飞巴士公司就已经开始运营经由乗鞍 Skyline 抵达乗鞍岳山顶的客运巴士。

20 世纪初，建设这样一条高原公路还不可想象，但 1941 年，这项工程竟然真的启动了。主导工程的日本陆军拥有足够财力和明确目标。当时日军在二战亚洲战场局势紧张，太平洋战争也一触即发，陆军航空总部意欲在乗鞍岳山顶建一座飞机引擎高地测试站。美军 B-29 轰炸机的飞行高度在 1 万米上下，日军工程师也希望能制造出在相同飞行高度上运行的战斗机引擎。

公路施工始于 1941 年。在军方规划中，道路宽 3 米，仅容军用卡车通过。但富有远见的本地实业家、浓飞巴士公司的第一任社长上嶋清一(1890-1960)预见到了公路在战后旅游业发展中的潜力，于是从私人资产中捐出 8 万日元，将公路总投资额增加到 42 万日元（约合现在的 4 亿日元），把路宽加至 3.6 米，以便战后他组建的巴士车队能够顺利通过。到了 1942 年，一年前还是崎岖不平的山路已经成为完全可以通车的道路。但在尚未被投入军事用途前，1945 年二战告终。

1948 年 7 月，一辆带玻璃顶篷的“浪漫客车”驶上公路，作为这条路上的第一辆商业运营车辆，它有着划时代的意义。尽管一路风光殊胜，“浪漫客车”运营却只维持了几年，因为车上缺少一件关键设备——空调，夏日穿过玻璃顶篷的直射阳光把这辆引领潮流的客车变成了一间移动桑拿浴室。

“浪漫客车”的运营时间虽然短暂，这条公路上的交通服务却大获成功。不过用今天的眼光来看，当时一路颇有些令人担惊受怕的不便之处，比如，因为狭窄的之字形盘山道还没有铺沥青，时有落石挡道，这就需要乘务员下车搬开石头，车才能继续前进；又如，过陡坡弯时，乘客会被客气地请下车，帮忙一起推车。尽管如此，客车的生意还是越来越好。

1955 年，美国瓦萨学院(Vassar College)的访日天文学者莫德·梅肯森(Maud W. Makemson, 1891-1977)这样描述前往壘平的旅途：

客车一辆接着一辆，沿着一条从山壁上凿出来的道路灵活地穿行，路宽似乎刚刚容得下车身，看起来，我们的车如果不擦着一侧笔直的山壁开，就会直接冲下另一侧毫无阻拦的山崖……遇到特别危险的路段，女乘务员就下车站在路旁，用假声唱歌似地高喊“哦—

——拉——伊——！哦——拉——伊——”（没问题！没问题！）给司机鼓劲，直到车辆安全通过。美国人说的“all right”神奇地渗透到了日语中。

有记录显示，1959年巴士运营56天，共搭载乘客11.6万人。到20世纪60年代，随着私家车的普及，乘客也随之减少，但浓飞巴士仍坚持运营。1973年，这条路铺上了沥青，路况较早年大幅改善，并被正式命名为“乘鞍 Skyline”。2003年，为了缓解拥堵并保护乘鞍岳的自然环境，私家车被禁止上路，因此浓飞巴士依然是乘鞍 Skyline 上最主要的交通工具。

<繁体字>

乘鞍 Skyline 和濃飛客運公司

乘鞍 Skyline（天際公路）指的是岐阜縣域內一條長 14.4 公里的公路，它連接著平湯峠（垵口，1684 公尺）和乘鞍岳頂峰附近的壘平（2702 公尺）。2003 年起，為保護自然環境，這條公路禁止自用小客車上路，只允許客運、計程車、持有特許證的車輛，以及自行車行駛。早在 1948 年，濃飛客運公司就已經開始運營經由乘鞍 Skyline 抵達乘鞍岳山頂的客運。

20 世紀初，建設這樣一條高原公路還不可想像，但 1941 年，這項工程竟然真的啟動了。主導工程的日本陸軍擁有足夠財力和明確目標。當時日軍在二戰亞洲戰場局勢緊張，太平洋戰爭也一觸即發，陸軍航空總部開始計畫在乘鞍岳山頂建一座飛機引擎高地測試站。因為美軍 B-29 轟炸機的飛行高度在 1 萬公尺上下，日軍工程師也希望能製造出在相同飛行高度上運行的戰鬥機引擎。

公路施工始於 1941 年。在軍方規劃中，道路寬 3 公尺，僅容軍用卡車通過。但富有遠見的當地實業家、濃飛客運公司的第一任社長上嶋清一（1890-1960）預見到了公路在戰後旅遊業發展中的潛力，於是從私人資產中捐出 8 萬日圓，將公路總投資額增加到 42 萬日圓（約合現在的 4 億日圓），把路寬加至 3.6 公尺，這樣戰後他公司的客運就能順利通過。到了 1942 年，一年前還是崎嶇不平的山路已經成為完全可以通車的道路。但 1945 年戰爭告，它也未投入任何軍事用途。

1948 年 7 月，一輛帶玻璃頂篷的「浪漫客運」駛上公路，作為這條路上的第一輛商業經營的客運，它有著劃時代的意義。儘管一路風光殊勝，「浪漫客運」經營卻只維持了幾年，因為車上缺少一件關鍵設備——冷氣，夏日穿過玻璃頂篷的直射陽光把這輛引領潮流的客運變成了一間移動三溫暖。

「浪漫客運」的經營時間雖然短暫，這條公路上的交通服務卻大獲成功。不過用今天的眼光來看，當時一路頗有些令人擔驚受怕的不便之處，比如，因為狹窄的之字形盤山道還沒有鋪柏油，時有落石擋道，這就需要乘務員下車搬開石頭，車才能繼續前進；又如，過陡坡彎時，乘客會被客氣地請下車，幫忙一起推車。儘管如此，客運的生意還是越來越好。

1955 年、美國瓦薩學院（Vassar College）の訪日天文學者莫德・梅肯森（Maud W. Makemson, 1891-1977）這樣描述前往疊平的旅途：

客運一輛接著一輛，沿著一條從山壁上鑿出來的道路靈活地穿行，路寬似乎剛剛容得下車身，看起來，我們的車如果不擦著一側筆直的山壁開，就會直接衝下另一側毫無阻攔的山崖……遇到特別危險的路段，女乘務員就下車站在路旁，用假聲唱歌似地高喊「哦——拉——伊——！哦——拉——伊——」（沒問題！沒問題！）給司機鼓勵，直到車輛安全通過。美國人說的「all right」神奇地滲透到了日語中。

有記錄顯示，1959 年客運經營 56 天，共搭載乘客 11.6 萬人。到 20 世紀 60 年代，隨著自用小客車的普及，乘客也隨之減少，但濃飛客運仍堅持經營。1973 年，這條路鋪上了柏油，路況較早年大幅改善，並被正式命名為「乘鞍 Skyline」。2003 年，為了緩解擁堵並保護乘鞍岳的自然環境，自用小客車被禁止上路，因此濃飛客運依然是乘鞍 Skyline 上最主要的交通工具。

<日本語仮訳>

乗鞍スカイラインと濃飛バス

「乗鞍スカイライン」とは、平湯峠（1,684m）から乗鞍岳山頂付近である畳平（2,702m）までを結ぶ、岐阜県の 14.4km の舗装道路の名称です。2003 年以來、自然環境保護のため、乗鞍スカイラインでの自家用車の使用が禁止され、バス、タクシー、特別な認可を受けた車両と自転車のみが許可されています。1948 年からは濃飛バスが乗鞍スカイラインを利用して山頂へ乗客を運んでいます。

20 世紀初頭、このような標高の高い道路の建設は不可能とされていました、1941 年にそれを行うためのプロジェクトが開始されました。これを主導したのは、資金力と仕事をやり遂げる動機を持つ、大日本帝国陸軍でした。日本が第二次世界大戦のアジアでの軍事的緊張が高まり、太平洋戦争が一触即発の頃、陸軍航空本部は乗鞍岳山頂に航空機エンジンの高地試験場を建設する計画を開始しました。具体的には、軍事技術者は、アメリカの B-29 爆撃機と同じ高度（約 1 万メートル）で効果的に作動する戦闘機用エンジンを作ろうとしたのです。

道路の建設は 1941 年に始まりました。陸軍の計画では、軍用トラックがちょうど通れる程度の幅 3 メートルの道路を作ることになっていました。しかし、先見の明のある地元の実業家で、濃飛バスの初代社長・上嶋清一氏（1890-1960）は、この道路に戦後の観光の可能性を見出しました。上嶋氏は、総工費 42 万円（現在の約 4 億円）のうち、8 万円を私財から拠出し、計画された道路の幅を 3.6 メートルに広げ、将来、自社のバスが通れるようにしました。1942 年までには、わずか 1 年前には荒れた山道だったものが、完全に運行可能な道路になりましたが、1945 年、軍用に使用されることなく終戦を迎えました。

1948 年 7 月、天井がガラス張りの画期的な車両「ロマンスカー」が、この道路を初めて商用として登りました。景色の良さは素晴らしいものでしたが、当時のバスにはエアコンという重要な機能がなかったため、ロマンスカーはわずか数年で運行を終えました。夏の直射日光が屋根から入り込むため、この最新鋭の車両はまるで移動式サウナのようでした。

ロマンスカーは廃止になりましたが、バスの運行は大成功を収めました。現代の乗客であれば不安になるような不便さがあっても、その人気は高まっていました。例えば、狭いジグザグの山道はまだ舗装されておらず、常に落っこちたばかりの石でふさがっていたため、前に進むために、車掌はバスから降りて石を取り除かなければならませんでした。バスが特に急勾配のカーブにさしかかったときは、乗客は降りてバスを押すのを手伝うよう丁寧に頼まれました。

1955年、アメリカヴァッサー大学からの訪日天文学者であるモードウースター・マケムソン（Maud Worcester Makemson, 1891-1977）氏は、豊平への旅をこのように記述しています。

山腹を切り開いて作られた道を、何台ものバスが連なって活発に移動するが、その道は、片側の切り立った壁にこすらないように、反対側の無防備な端から飛び出したりしないようにするには、幅が足りないように見える…。危険なところでは、車掌の女の子が道路の縁に立ち、高い歌うようなファルセットでドライバーに「オーライ！オーライ！」と、危険を安全に通り過ぎるまで声援を送る。アメリカの“*all right*”という言葉は、日本語に根強く浸透している。

1959年には56日間の営業で11万6,000人の乗客が利用したという記録が残っています。1960年代に入ると自家用車の所有の増加で利用者数は減少しましたが、濃飛バスは運行を続けました。1973年、アスファルトで舗装され、初期から大幅に改良された道路は、正式に「乗鞍スカイライン」と名付けられました。2003年には、交通量を減少させ乗鞍岳の自然環境を保護するため、自家用車の乗り入れが制限されました。そのため、乗鞍スカイラインの主要な移動手段として、引き続き濃飛バスが利用されています。

【タイトル】 乗鞍岳の高山植物の花畑

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**乗鞍岳の高山植物花海**

“お花畑”(ohanabatake)也就是花海，在这里指的是乘鞍岳的**高山花卉乐园**。这座天然花园坐落于一片双峰夹峙的谷地，从乘鞍岳**畳平汽车总站**步行**数分钟**就可到达。这里地势平坦，并**铺设了木栈道**，各个**年龄层**和**体能水平**的**来访者**都可**轻松游览**。乘鞍岳夏季短暂，7月中旬至8月中旬是**花开最多的季节**。

花海中最**负盛名**的是一种落叶矮灌木“**稚儿车**”(Geum pentapetalum)。它是日本的原产植物，花瓣乳白，花芯明黄。和大部分高山花卉一样，它们外表**细小纤弱**，却有着**足够坚韧**的力量抵御海拔2680米上的**凛冽山风**、**厚重积雪**和**毒辣日照**。到秋季，稚儿车又会换一幅**模样**：叶片由**绿转红**，生出**粉白相间的长丝果穗**，仿佛**大片起伏的水藻**。

另一种原产日本的水仙**银莲花**（日本名称“**白山一花**”）的花瓣也是白色，**丛生**，株高**30至60厘米**。它白色的“花瓣”其实是**萼片**。大多数植物的萼片都是**绿色**，这种花却**进化**出了宛如花瓣的**白色萼片**，其中有极少数**还残留着黄绿色的斑块**。水仙**银莲花**是**蜜蜂与蝴蝶**的最爱。

黑百合**长长的茎秆**上**顶着紫黑色的花朵**，有些上面有**黄色斑点**，在**花海中非常显眼**。在**英语里**，这种花有许多别名，很多都不怎么好听，除了“**巧克力百合**”外，更有“**茅坑百合**”“**臭鼬百合**”“**脏尿布**”之名。这些称呼都源自于它的气味，各个品种的黑百合**气味强度**虽然不同，但都相当**难闻**。不过，**难闻**的气味自有其**用处**——吸引**苍蝇**，它们是这种花最主要的授粉者。

走完整条**木栈道环线**需**30至40分钟**，**来访者**也可以**逗留更长时间**，**仔细观察和拍摄**这里的**30多种高山植物**。幸运时，除了各种植物，**还能看到**国家指定特别天然纪念物的**日本岩雷鸟**（Lagopus muta japonica，日本名称“**雷鸟**”）。

<繁体字>**乗鞍岳の高山植物花海**

「お花畑」(ohanabatake)也就是花海，在這裡指的是乘鞍岳的**高山花卉樂園**。這座天然花園坐落於一片雙峰夾峙的谷地，從乘鞍岳**畳平轉運站**步行**數分鐘**即可到達。這裡地勢平坦，並**鋪設了木栈道**，各個**年齡層**和**體能水準**的**遊客**都可**輕鬆遊覽**。乘鞍岳夏季短暂，7月中旬至8月中旬是**花開最多的季節**。

花海中最も負盛名の是一種落葉矮灌木「稚兒車」 (*Geum pentapetalum*)。它是日本的原產植物，花瓣乳白，花芯明黃。和大部分高山花卉一樣，它們外表細小纖弱，卻有著足夠堅韌的力量抵禦海拔 2680 公尺上的凜冽山風、厚重積雪和毒辣日照。到秋季，稚兒車又會換一幅模樣：葉片由綠轉紅，生出粉白相間的長絲果穗，仿佛大片起伏的水藻。

另一種原產日本的水仙銀蓮花（日本名稱「白山一花」）的花瓣也是白色，叢生，株高 30 至 60 公分。它白色的「花瓣」其實是萼片。大多數植物的萼片都是綠色，這種花卻進化出了宛如花瓣的白色萼片，其中有極少數還殘留著黃綠色的斑塊。水仙銀蓮花是蜜蜂與蝴蝶的最愛。

黑百合長長的莖幹上頂著紫黑色的花朵，有些上面有黃色斑點，在花海中非常顯眼。在英語裡，這種花有許多別名，很多都不怎麼好聽，除了「巧克力百合」外，更有「茅坑百合」、「臭鼬百合」和「髒尿布」之名。這些稱呼都源自於它的氣味，各個品種的黑百合氣味強度雖然不同，但都相當難聞。不過，難聞的氣味自有其用處——吸引蒼蠅，牠們是這種花最主要的授粉者。

走完整條木棧道環線需 30 至 40 分鐘，遊客也可以逗留更長時間，仔細觀察和拍攝這裡的 30 多種高山植物。運氣好的話，除了各種植物，還能看到國家指定特別天然紀念物的日本岩雷鳥 (*Lagopus muta japonica*，日本名稱「雷鳥」)。

<日本語仮訳>

乗鞍岳の高山植物の花畑

「お花畑」は、乗鞍岳の高山植物の花の楽園です。乗鞍岳畳平バスターミナルから徒歩わずか数分のこの自然庭園は、2 つの峰に挟まれた窪地にあります。平坦な地形で、木製の遊歩道が整備されており、老若男女・能力を問わず、気軽に訪れることができます。乗鞍岳の夏は短く、7 月中旬から 8 月中旬にかけて、さまざまな種類の花が咲き乱れます。

「お花畑」の代表的な植物は、チングルマ（学名： *Geum pentapetalum*）として知られる落葉低木です。この日本原産の植物は、クリーム色の白い花びらと鮮やかな黄色の中心部を持つ花を咲かせます。他の多くの高山植物と同様、小さくて繊細に見えますが、実際には、標高 2,680 メートルの高地での強風、深い雪、強い日差しに耐えることができる丈夫な植物です。秋になると、チングルマはその姿を変えます。緑の葉は赤くなり、糸状のピンクと白の果穂を伸ばし、波打つ海草を思い起こさせます。

ハクサンイチゲも日本固有種で、白の花を咲かせ、高さ 30~60cm になり、群生します。白い「花びら」は、実際にはがく片です。ほとんどの種の花のがく片は白ではなく緑ですが、ハクサンイチゲのがく片は白い花びらに似せて進化しています。また、稀にがく片に緑がかつた黄色のまだらが残るものもあります。ハクサンイチゲは、ミツバチやチョウの好物です。

クロユリは簡単に見つけることができます。背の高い茎の上に黒紫色の花が咲き、ときには黄色の斑点があることもあります。英語では、この種は様々な別名で知られていますが、そのすべてがお世辞にも良いとは言えません。「chocolate lily (チョコレートユリ) 」のほか、「outhouse lily (外便所ユリ) 」、「skunk lily (スカンクユリ) 」、「dirty diaper (汚れたおむつ) 」などと呼ばれることもあります。

す。これらの呼び名はその匂いに由来しています。匂いの強さは様々ですが、基本的には不快な臭い
です。しかし、この匂いは、この花の主な受粉手段であるハエを引き寄せるといふ有益な目的を持ってい
ます。

遊歩道を一周するには30～40分かかりますが、観光客は30種類以上の高山植物を至近距離
で観察したり、写真を撮るのに、もっと長い時間をかけたいと思うでしょう。運がよければ、植物のほかにも、国指定の特別天然記念物の「ライチョウ（学名：Lagopus muta japonica）」も姿を見せる
ことがあります。

【タイトル】 乗鞍本宮

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**乗鞍本宮**

乗鞍本宮の本社（主殿）坐落在乗鞍岳的**劍峰**（乗鞍岳最高峰，3026 米）之**巔**。這是一家古老的神社，數世紀中，前來參拜的朝聖者和徒步旅行者**絡繹不絕**。神社簡樸的木建築裡供奉的是神道教中最重要的太陽女神——天照大神。相傳**登頂**參拜就能得到天照大神的**護佑**。許多登山客都會趕在天亮前**登頂觀賞**日出，在第一**縷**陽光照亮山巔之際感受神的存在。

乗鞍本宮原名鞍嶺神社，已有 800 多年的**歷史**。1181 年，名將木曾義仲(1154-1184)的家臣**登臨**山頂，在此安置一尊金像，祈禱源平合戰的**勝利**。據說，既是詩人又是雕刻家的苦行僧圓空(1632-1695)也曾**登頂**參拜。1949 年，神社改名乗鞍本宮，**現在**的建築也於同年修建。

從乗鞍岳壘平**汽車**總站步行到乗鞍本宮約需 1.5 至 2 小時，往返差不多 3 小時。如果想要參拜又不打算攀登**劍鋒**，**車站**內還有一個專供無法登頂的人參拜的“遙拜所”。這個小神社又被稱為“中之社”，它於 1953 年**專門**為保佑乗鞍岳的登山者和旅行者的安全而修建，**現在**的建築則重修於 1974 年。想要登上**頂峰**的話，請一定在此參拜，祈禱旅途安全。

<繁体字>**乗鞍本宮**

乗鞍本宮の本社（主殿）坐落在乗鞍岳的最高點**劍峰**（3026 公尺）之**巔**。這是一家古老的神社，幾百年來前往參拜的朝聖者和健行旅行者**絡繹不絕**。神社簡樸的木建築裡供奉的是神道教中最重要的太陽女神——天照大御神。相傳**登頂**參拜就能得到天照大御神的庇護，所以許多登山客都會趕在天亮前**登頂觀賞**日出，在第一道陽光照亮山巔之際感受神的存在。

乗鞍本宮原名鞍嶺神社，已有 800 多年的**歷史**。1181 年，名將木曾義仲（1154-1184）的家臣**登臨**山頂，在此安置一尊金像，祈禱源平合戰的**勝利**。據說，既是詩人又是雕刻家的苦行僧圓空（1632-1695）也曾**登頂**參拜。1949 年，神社改名乗鞍本宮，**現在**的建築也於同年修建。

從乗鞍岳壘平**轉運**站步行到乗鞍本宮約需 1.5 至 2 小時，往返差不多 3 小時。如果想要參拜又不打算攀登**劍鋒**，**轉運**站內還有一個專供無法登頂的人參拜的「遙拜所」。這座

小神社又被稱為「中之社」，於 1953 年專門為保佑乘鞍岳的登山者和旅行者的安全而修建，現在的建築則重修於 1974 年。想要登上頂峰的話，請一定在此參拜，祈禱旅途安全。

<日本語仮訳>

乗鞍本宮

乗鞍本宮の本社は、乗鞍岳の最高峰である剣ヶ峰（標高 3,026m）の頂上に位置します。古くからの霊場であり、何世紀にもわたって巡礼者やハイカーに崇拜されてきました。シンプルな木造建築は、神道で最も重要な神である太陽の女神、天照大御神を祀っています。天照大御神は、山頂に登り、神社に参拝する人々を守ると考えられています。多くのハイカーは日の出を見るために夜明け前に登り、朝一番の太陽の光が山頂を照らす時に神の存在を感じます。

乗鞍本宮は、元々は鞍ヶ嶺神社と呼ばれ、800 年以上前から何らかの形で存在してきました。1181 年、名将・木曾義仲（1154-1184）の家臣が山頂に登り、金色の像を安置して源平合戦の勝利を祈りました。また、修行僧であり歌人、彫刻家でもある円空（1632-1695）も山頂に登って祈りを捧げたといわれています。現在の建物が建てられたのと同じ 1949 年に、この神社は乗鞍本宮に改名されました。

乗鞍岳豊平バスターミナルから乗鞍本宮までのハイキングは約 1 時間半から 2 時間、往復で約 3 時間かかります。もう一つの方法として、剣ヶ峰に登らずに参拝することもできます。バスターミナルの駐車場内には、もう一つの小さな神社、乗鞍岳の山頂に行けない人のために作られた遥拝所があります。中ノ社とも呼ばれるこの神社は、1953 年に乗鞍への登山者や観光客の安全を祈願して建てられました。現在の建物は 1974 年に建てられたものです。乗鞍岳山頂を目指すなら、ぜひこちらに参拝し、道中の安全祈願を行ってください。

【タイトル】 乗鞍岳の高山植物

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**乗鞍岳の高山植物**

乗鞍岳の私家車禁行令已实施数十年，有效地保护了这块僻静之地的高山环境。尽管需要面对隆冬的零下低温、烈日的暴晒、强风的肆虐、匮乏的淡水等严酷的自然环境，高耸的山峰上仍然覆盖着坚韧耐寒的苔藓和开花的灌木。冬雪消融之际，乗鞍岳的**高山植物**立刻爆发出勃勃生机。只需短短一个星期，白雪皑皑的景象就会转变为**满目青翠、鲜花遍地**的画面。

很多高山植物品种都是 11,000 年前**结束**的最后一个冰河期的幸存者。随着全球气候变化，低地变暖，**喜爱凉爽环境**的植物种类逐渐往更高海拔地区生长。一些植物现在只能在**山顶**这样的极端海拔高度上才能找到，因为那里的**漫长冬季**和**厚重的积雪**近似冰河期的气候条件。

奇妙荷包牡丹（*Dicentra peregrina*，日本名称“驹草”）就是**这些珍稀高山植物**中的一种。它们**粉红色的花朵**形状像**马头**，日文名称也因此而来。驹草花看似纤巧脆弱，羽毛状的**灰蓝色叶子**却能在山坡的岩石夹缝中茁壮生长。

雅致而洁白的薄雪火绒草（*Leontopodium Japonicum*，日本名称“峰薄雪草”）是欧洲阿尔卑斯山的象征——火绒草（俗称雪绒花）的近亲。和雪绒花一样，它们毛茸茸的白色苞片如同沾染了薄薄一层白色粉末的花瓣。“峰薄雪草”四字正体现了它的生长环境和特征。

同样惹眼的还有盛开着流苏状粉色花朵的小岩镜(*Schizocodon sodanelloides*)，它生长在石缝间，圆形的叶片有着玻璃光泽。此外还有被称作“苔桃”的越橘(*Vaccinium vitis-idaea*)，它们的白色铃铛形花朵也很容易被发现。

观赏高山花卉的最佳时节是 7 月至 8 月上旬，不过整个花季持续到 9 月才会结束。

<繁体字>**乗鞍岳の高山植物**

乗鞍岳の自用小客車禁行令已實施數十年，保護了這塊僻靜之地的高山環境。儘管需要面臨隆冬的零下低溫、烈日的暴曬、強風的肆虐、匱乏的淡水等嚴酷的自然環境，高聳的山峰上仍然覆蓋著堅韌耐寒的苔蘚和開花的灌木。冬雪消融之際，乗鞍岳的**高山植物**立刻顯得勃勃生機。只需短短一個星期，白雪皚皚的景象就會轉變為**滿目青翠、鮮花遍地**的畫面。

很多高山植物品種都是 11,000 年前結束的最後一個冰河期的倖存者。隨著全球氣候變化，低地變暖，喜愛涼爽環境的植物種類逐漸往更高海拔地區生長。一些植物現在只能在山頂這樣的極端海拔高度上才能找到，因為那裡的漫長冬季和厚重的積雪近似冰河期的氣候條件。

奇妙荷包牡丹（*Dicentra peregrina*，日本名稱「駒草」）就是這些珍稀高山植物中的一種。它們粉紅色的花朵形狀像馬頭，日文名稱也因此而來。駒草花看似纖巧脆弱，羽毛狀的灰藍色葉子卻能在山坡的岩石夾縫中茁壯生長。

雅致而潔白的薄雪火絨草（*Leontopodium Japonicum*，日本名稱「峰薄雪草」）是歐洲阿爾卑斯山的象徵——火絨草（俗稱雪絨花）的近親。和雪絨花一樣，它們毛茸茸的白色苞片如同沾染了薄薄一層白色粉末的花瓣。「峰薄雪草」這個名稱正體現了它的生長環境和特徵。

同樣惹眼的還有盛開著流蘇狀粉色花朵的小岩鏡（*Schizocodon sodanelloides*），它生長在石縫間，圓形的葉片有著玻璃光澤。此外還有被稱作「苔桃」的越橘（*Vaccinium vitis-idaea*），它們的白色鈴鐺形花朵也很容易被發現。

觀賞高山花卉的最佳時節是 7 月至 8 月上旬，不過整個花季持續到 9 月才會結束。

<日本語仮訳>

乗鞍岳の高山植物

何十年もの間、自家用車の乗り入れが禁止されているため、人里離れた乗鞍岳の高山環境は守られてきました。この高山は、氷点下の冬の気温、強烈な紫外線、強風、そして水不足を生き抜く丈夫な苔や花をつける低木によって覆われています。冬の雪が溶け始めると、乗鞍岳の高山植物は爆発的な生命力を発揮します。雪に閉ざされた風景から、花が咲き乱れ緑豊かな草原へと、わずか 1 週間で変化します。

高山植物の多くは、約 11,000 年前に終わった最終氷期の生き残りです。地球の気候変動や低地が暖かくなるにつれて、冷涼な環境を必要とする種はどんどん高地へと追いやられていきました。現在、これらの種の中には、氷河期の気候に似た長い冬と大雪が残る山頂という、極端な高地でしか見られないものもあります。

そんな希少な高山植物のひとつが、コマクサ（学名：*Dicentra peregrina*）と呼ばれるケマンソウの一種です。和名はピンクの花の形が馬（駒）の頭に似ていることに由来します。小さくて儂げな花と、その羽毛のような青灰色の葉は、岩だらけの山の斜面の隙間に生えています。

ミネウスユキソウ（学名：*Leontopodium Japonicum*）は、ヨーロッパアルプスのシンボルであるエーデルワイスの仲間、白い優美な花を咲かせます。エーデルワイスのように、実際には苞葉である毛に覆われた白い「花びら」が白い粉をまもったように見えることから、「峰の薄雪草」という意味で名付けられました。

同様に目を引くのは、コイワカガミ（学名：*Schizocodon sodanelloides*）の縁飾りのついたピンクの花です。丸くて光沢のある葉をつけ、岩場に生息しています。また、リンゴンベリー（学名：

Vaccinium vitis-idaea) としてよく知られている「苔桃」(コケモモ) の白い鐘形の花も簡単に見つけることができます。

高山植物の花を見るベストシーズンは7月から8月上旬ですが、シーズンは9月末まで続きます。

【タイトル】 乗鞍岳の高山動物

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**乗鞍岳の高山動物**

乗鞍岳高处的山坡上栖息着许多早已适应高海拔生存环境的哺乳动物、鸟类和昆虫。在这里，能看到数十种高山动物，其中最有名的是受保护的国家指定特别天然纪念物“日本岩雷鸟”（*Lagopus muta japonica*，日本名称“雷鸟”）。

日本岩雷鸟是岐阜县和长野县的县鸟，这些主要在地面活动的鸟儿依靠地面掩体和伪装防御天敌，它们会随季节变换改变羽毛颜色。春天的雄鸟比雌鸟更为醒目，上半身洒满灰、褐、黑色的斑点，腹部和翅膀全白，眼上的肉冠鲜红；夏季的雌鸟几乎全身都会披上斑驳的褐色羽毛；到冬季，无论雌雄都全身白羽，只有过眼线和外侧尾羽呈黑色。雄鸟会发出一种独特的嘶哑叫声。

褐身白点的星鸦主要以偃松为食。它们喙下的食袋一次能存 200 颗松子，可以从容地收集足够多食物，再回巢饲喂幼鸟。这种鸟还会满山遍野藏松子，之后找回的几率高达七、八成。

戴菊是日本体型最小的鸟。它们的眼睛周围呈白色。尽管体重只有大约 5 克，却仍能在严酷的气候环境中生存。

羞怯的日本岩鹇也很有趣，它们喜欢藏在偃松丛中。黄喙的领岩鹇和它们外表相像，却生性外向，几乎不在意人类的存在。

生活在乘鞍岳的哺乳动物中有一种白鼬，春季时褐身白腹，冬季通体雪白，只在尾巴尖上有一点黑。亚洲黑熊也颇为常见，乘鞍岳上的住宿设施会提供近期黑熊目击情报地图。如果在山上遇到熊，请务必保持百米以上距离，切勿使用闪光灯，以免诱发熊的攻击。

<繁体字>**乘鞍岳の高山動物**

乗鞍岳高處的山坡上棲息著許多早已適應高海拔生存環境的哺乳動物、鳥類和昆蟲。在這裡，能看到數十種高山動物，其中最有名的是受保護的國家指定特別天然紀念物「日本岩雷鳥」（*Lagopus muta japonica*，日本名稱「雷鳥」）。

日本岩雷鳥是岐阜縣和長野縣的縣鳥，這些主要在地面活動的鳥兒依靠地面掩體和偽裝防禦天敵，牠們會隨季節變換改變羽毛顏色。春天的雄鳥比雌鳥更為醒目，上半身灑滿灰、褐、黑色的斑點，腹部和翅膀全白，眼上的肉冠鮮紅；夏季的雌鳥幾乎全身都會披上

斑駁的褐色羽毛；到冬季，無論雌雄都全身白羽，只有過眼線和外側尾羽呈黑色。雄鳥會發出一種獨特的嘶啞叫聲。

褐身白點的星鴉主要以偃松為食。牠們喙下的食袋一次能存 200 顆松子，可以從容地收集足夠多食物，再回巢飼餵幼鳥。這種鳥還會滿山遍野藏松子，之後找回的幾率高達七、八成。

戴菊是日本體型最小的鳥。牠們的眼睛周圍呈白色。儘管體重只有大約 5 克，卻仍能在這嚴酷的氣候環境中生存。

羞怯的日本岩鷲也很有趣，牠們喜歡藏在偃松叢中。黃喙的領岩鷲和牠們外表相像，卻性格外向，幾乎不在意人類的存在。

生活在乘鞍岳的哺乳動物中有一種白鼬，春季時褐身白腹，冬季通體雪白，只在尾巴尖上有一點黑。亞洲黑熊也頗為常見，乘鞍岳上的住宿設施會提供近期黑熊目擊情報地圖。如果在山上遇到熊，請務必保持 100 公尺以上距離，切勿使用閃光燈，以免誘發熊的攻擊。

<日本語仮訳>

乗鞍岳の高山動物

乗鞍岳の高い山の斜面には、高地で生き残ることに適応した哺乳類、鳥、昆虫などが多く生息しています。最も有名なのは保護されている国指定の特別天然記念物の「ライチョウ」（学名：Lagopus muta japonica）で、他にも数十種類の高山種が見られます。

ライチョウは、岐阜県と長野県の両方の県鳥です。主に地上で生活するこの鳥は、低木林を利用しカモフラージュすることで身を守り、季節ごとに羽毛の色を変えます。春は、雌よりも雄の方が見つけやすいです。上半身は灰色、茶色、黒の斑点があり、腹と翼は白く、赤い肉冠を持っています。夏の雌はほとんど茶色の斑点模様です。冬になると、雌雄ともに黒い過眼線と外側尾羽を除いて白色になります。雄は独特のしわがれたような声で鳴きます。

茶色と白のホシガラスは、低木のハイマツを主食としています。くちばしの下には喉袋があり、一度に 200 粒もの松の種を入れることができるため、ヒナに餌を与えに戻るまでに、長い時間をかけて採集することができます。この鳥は、食糧を山中の、後で 70～80%の確率で発見できる場所に隠しておきます。

日本で一番小さい鳥はキクイタダキです。目の周りが白く、重さはわずか 5 グラムほどしかありませんが、この厳しい気候の中で生き延びることができます。

他にも、ハイマツの中に隠れているシャイなカヤクグリや、見た目がよく似た、人間がいてもあまり気にしない社交的な、黄色いくちばしのイワヒバリも必見です。

乗鞍岳の哺乳類には、春には茶色でお腹が白く、冬には尾の先に小さな黒い部分がある以外は真っ白になるオコジョがいます。ツキノワグマもよく目撃され、乗鞍岳の宿では最近のクマの目撃情報を地図で掲示しています。もしクマに遭遇したら、少なくとも 100 メートル以上の距離をとり、刺激して攻撃される可能性があるため絶対にフラッシュ撮影はしないで下さい。

【タイトル】 奥飛騨の3つのスピリチュアルスポット

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**奥飞騨“三参”**

奥飞騨（音“驼”）地区有3处灵地，统称“三参”。相传，去这3个充满神秘能量的地方参拜，可以求得爱情长久、受孕得子、祛病消灾。

求姻缘

毛受母社位于新平汤温泉村的垂间(Taruma)瀑布旁，规模很小。据说参拜这里可以获赠恋爱或婚姻的良缘。这座神社之所以拥有如此灵力，是因为与岛根县掌管姻缘的出云大社有着奇妙的渊源。在神道教信仰中，每年农历十月，全日本的神明都要聚集在出云大社，讨论来年的姻缘婚配。而本地相传，前往出云的神明们必途径毛受母社所在的河谷，他们会在这里歇脚，饮用瀑布的清水，享受山里的温泉。

由于这个山谷长期以来和神明们的出云(Izumo)之行关系密切，因此地名发音也与之近似，叫做“毛受母”(Mozumo)。这层关联使毛受母社里供奉的神明同样拥有保佑姻缘的力量，吸引了众多情侣前来参拜。冬季，来访者还可以通过一条彩灯装饰的隧道，从河下横穿毛受母川。

求子

中尾白山神社坐落在新穗高温泉附近一片宁静的林地间。社里有两块青苔覆盖的大石，酷似男、女生殖器。传说有对非常恩爱却一直无子的夫妇来这里求子，听到有个声音让丈夫坐在女阴石上，妻子坐在男根石上，他们依言而行，之后很快就奇迹般地怀上了孩子。现在的参拜者同样可以坐上两块大石祈祷。

疗疾

相传在15世纪晚期至16世纪晚期，甲州（今山梨县一带）的一支武田家族军队想越过附近的垭口入击飞騨。到达垭口时，士兵们已经疲惫不堪，再加上吸入了山上喷出的硫磺烟雾，身体更加不适，他们纷纷倒下，无法再前进。此时，一只白猿突然出现，将他们带到一处有疗愈功能的泉水边，士兵们在这里奇迹般地恢复了健康，这就是为世人所知的平汤温泉。如今的平汤神社以有助于治疗各种身体疾病闻名，来访者可以在这里选一块免费提供的“绘马”小木牌，在上面写下祈求康复的心愿，然后将它系在旁边的绳子上。

从新平汤温泉或禅通寺前公交车站出发，仅需步行1分钟就可到达毛受母社和垂间瀑布。从乘鞍岳平汽车总站步行到平汤神社大约4分钟。以上3处景点附近皆有停车场。

<繁体字>

奧飛驒「三參」

奧飛驒（音「駝」）地區有 3 處靈地，統稱「三參」。相傳，去這 3 個充滿神秘能量的地方參拜，可以求得愛情長久、受孕得嗣、祛病消災。

求姻緣

毛受母社位於新平湯溫泉村的垂間（Taruma）瀑布旁，規模很小。參拜者來這裡求戀愛或婚姻良緣。這座神社之所以擁有如此靈力，是因為與島根縣掌管姻緣的出雲大社有著奇妙的淵源。在神道教信仰中，每年農曆十月，全日本的神明都要聚集在出雲大社，討論來年的姻緣婚配。而本地相傳，前往出雲的神明們要經過毛受母社所在的河谷，祂們會在這裡歇腳，飲用瀑布的清水，享受山裡的溫泉。

由於這個山谷長期以來和神明們的出雲（Izumo）之行關係密切，因此地名發音也與之近似，叫做「毛受母」（Mozumo）。這層關聯使得毛受母社裡供奉的神明同樣擁有保佑姻緣的力量，吸引了眾多情侶前來參拜。冬季，遊客還可以通過一條彩燈裝飾的隧道，從河下橫穿毛受母川。

求子

中尾白山神社坐落在新穗高溫泉附近一片寧靜的林地間。社裡有兩塊青苔覆蓋的大石，酷似男、女生殖器。傳說有對非常恩愛卻一直無子的夫婦來這裡求子，聽到有個聲音讓丈夫坐在女陰石上，妻子坐在男根石上，他們依言而行，之後很快就奇跡般地懷上了孩子。現在的參拜者同樣可以坐上兩塊大石祈禱。

療疾

相傳在 15 世紀晚期至 16 世紀晚期，甲州（今山梨縣一帶）的一支武田家族軍隊想越過附近的埡口入擊飛驒。到達埡口時，士兵們已經疲憊不堪，再加上吸入了山上噴出的硫磺煙霧，身體更加不適，士兵們紛紛倒下，無法再前進。此時，一隻白猿突然出現，將他們帶到一處有療癒功能的泉水邊，士兵們在這裡奇跡般地恢復了健康，這就是為世人所知的平湯溫泉。如今的平湯神社以有助於治療各種身體疾病聞名，遊客可以在這裡選一塊免費提供的「繪馬」小木牌，在上面寫下祈求康復的心願，然後將它系在旁邊的繩子上。

從新平湯溫泉或禪通寺前公車站出發，僅需步行 1 分鐘就可到達毛受母社和垂間瀑布。從乘鞍岳疊平轉運站步行到平湯神社大約 4 分鐘。以上 3 處景點附近皆有停車場。

<日本語仮訳>

奧飛驒の 3 つのスピリチュアルスポット

奥飛騨地方には、「三参り」と呼ばれる 3 つの霊場があります。この 3 つのパワースポット全てに行くと、恋愛成就、子宝成就、無病息災などのご利益があると言われています。

ロマンス

新平湯温泉の集落にある、たるまの滝のそばには小さな毛受母の社があります。ここで祈ると恋人や夫婦のご縁を得られる（縁結び）と言われています。これは、縁結びの神社である島根県の出雲大社との不思議な縁によるものです。神道では、旧暦の 10 月に全国の神々が出雲に赴き、大社に集まって翌年の縁結びについて話し合うとされています。地元の言い伝えによると、その道中、神々は毛受母の社のある川の流域を通り、ここで休息をとり、滝の清らかな水を飲み、山里の温泉でくつろいだと言われています。

古くから出雲への通り道と関係があったため、言語的に結びついて「モズモ」と呼ばれるようになりました。また、この縁により、毛受母の社の神々にも同様に縁結びの力が与えられ、この場所はカップルに人気のスポットとなっています。また冬には、観光客はイルミネーションが施されたトンネルを通して、毛受母川の下を通ることもできます。

子宝祈願

中尾白山神社は、新穂高温泉の近くの森の中にある静かな場所です。境内には、紛れもなく男女の生殖器の形をした二つの苔むした大きな岩があります。伝説によると、子供のいない仲睦まじい夫婦が神社で祈願していると、「男は女の岩に、女は男の岩に座れ」という声が聞こえてきました。その通りにしたところ、まもなく奇跡的に子供を授かることができました。観光客はこの岩に座って祈りを捧げることができます。

癒し

15 世紀後半から 16 世紀後半にかけて、甲州（現在の山梨県あたり）の武田氏の軍勢が近くの峠を越えて飛騨に攻め込もうとしたと言われています。峠に到着した時には兵士たちは疲労困憊しており、山からの硫黄の噴煙により具合が悪くなりました。彼らは倒れこみ、これ以上先に進めなくなってしまいました。そこへ突然、一匹の白い猿が現れました。その猿についていくと、猿は近くの癒しの泉に導いてくれました。彼らは奇跡的に回復し、平湯温泉が発見されました。今日、平湯神社はあらゆる身体の不調を癒してくれると言われています。観光客は無料で配布されている木札（絵馬）をひとつ取り、それに癒しの祈願を書くことができます。書き込んだ絵馬は近くの縄に結んでください。

毛受母の社とたるまの滝は、新平湯温泉または禅通寺前のバス停から徒歩 1 分。平湯神社は乗鞍岳畳平バスターミナルから徒歩 4 分です。3 カ所とも近くの駐車場を利用できます。

【タイトル】 上高地での食事

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

上高地的美食

到日本农村旅游时，品尝以当地新鲜食材烹制的乡土美食是不容错过的体验，这在上高地也不例外。这里的菜式以各种山野菜和一种梓川盛产的中型淡水鱼“岩鱼”为特色。

岩鱼是最受日本垂钓者追捧的河鱼之一，它们因为生活在遍布巨石的山溪中而得名，广泛分布在日本各地。上高地最常见的岩鱼做法是盐烤，也就是“イワナ塩焼”(iwana shioyaki)。传统的烹制方法是将整条鱼串在长签上，然后将签子的一头竖直插在地炉里的炉灰中，烧烤时须不时的转动一下签子让鱼均匀受热，慢慢烤制40分钟左右才能烤熟。另一种本地的加工方法是先将鱼放在柳条篮中吊在火上用烟熏制，然后再放入日本酒中浸泡，做成农家风味的酒精饮品“岩鱼骨酒”。新鲜岩鱼生吃也很美味，上高地的酒店或旅馆提供的套餐中常常会有一道岩鱼刺身。

山野菜也是本地特色，“山菜料理”最常用到的是3种蕨类植物的嫩芽：紫萁、荚果蕨和蕨菜。此外，土当归的口感松脆，有点像芹菜，通常佐以醋味噌。蜂斗菜秆一般加酱油和味淋煮食，装盘时撒上木鱼花。

山野菜还有多种做法，比如裹面糊后油炸做成天妇罗、烫熟凉拌、慢火炖煮，还可以做成腌菜。将山野菜铺在荞麦面上便是“山菜荞麦面”，有些店里还把“炖山菜”作为下酒小菜供应给客人。

<繁体字>

上高地的美食

到日本農村旅遊時，品嚐以當地新鮮食材烹製的鄉土美食是不容錯過的體驗，這在上高地也不例外。這裡的菜式以各種山野菜和一種梓川盛產的中型淡水魚「岩魚」為特色。

岩魚是最受日本垂釣者追捧的河魚之一，牠們因為生活在遍佈巨石的山溪中而得名，廣泛分佈在日本各地。上高地最常見的岩魚做法是鹽烤，也就是「イワナ塩焼」(iwana shioyaki)。傳統的烹調方法是將整條魚串在長籤上，然後將籤子的一頭豎直插在地爐裡的爐灰中，燒烤時須不時轉動一下籤子讓魚均勻受熱，慢慢烤製大約40分鐘才能烤熟。另一種當地的加工方法是先將魚放在柳條籃中吊在火上用煙燻製，然後再放入日本酒中浸泡，做成農家風味的酒精飲品「岩魚骨酒」。新鮮岩魚生吃也很美味，上高地的酒店或旅館提供的套餐中常常會有一道岩魚刺身。

山野菜也是當地特色，「山菜料理」最常用到的是 3 種蕨類植物的嫩芽：紫萁、莢果蕨和蕨菜。此外，土當歸的口感鬆脆，有點像芹菜，通常佐以醋味噌。蜂斗菜稈一般加醬油和味淋煮食，裝盤時撒上木魚花。

山野菜還有多種做法，比如裹麵糊後油炸做成天婦羅、燙熟涼拌、慢火燉煮，還可以做成醃菜。將山野菜鋪在蕎麥麵上便是「山菜蕎麥麵」，有些店裡還把「燉山菜」作為下酒小菜供應給客人。

<日本語仮訳>

上高地での食事

地元の新鮮な食材を使った郷土料理を味わえるのは、日本の田舎を訪れる際の魅力的な要素で、上高地も例外ではありません。上高地では、山菜や梓川に生息する「イワナ」と呼ばれる中型の淡水魚を使った料理が味わえます。

イワナは日本各地に生息し、日本の釣り人にもっとも人気のある川魚の一つです。岩がゴロゴロした溪流に生息することから「岩魚」と呼ばれています。上高地では、イワナを塩焼きにして食べる「イワナ塩焼き」が主流です。伝統的な調理法は、長い串に魚全体を串刺しにして、次に串の一端を囲炉裏の火の周りの灰に刺し込みます。このようにして、均等に火が通るように時折回転させながら、40 分ほどかけてじっくりと焼き上げます。地元の料理人は、火の上に吊るされた籐の籠の中で魚を燻製にし、日本酒に入れて「岩魚骨酒」という素朴なアルコール飲料を作ります。また、新鮮なイワナは生で食べてもおいしく、いくつかの上高地の宿泊施設ではイワナの刺身がコース料理の中で提供されることもあります。

また、山菜も特産品のひとつです。ゼンマイ、コゴミ、ワラビの 3 種類のシダの若芽は「山菜料理」の定番です。ウドはセロリに似た歯ごたえのある野菜で、よく酢味噌と一緒に出されます。フキの茎は醤油とみりんでよく煮込まれた後、かつお節を添えて出されます。

山菜は、天ぷらや、茹でてドレッシングと混ぜあわせたもの（和え物）、煮物、漬物などに使われます。蕎麦のトッピングにした「山菜そば」や、「山菜の煮付け」を酒の肴にする店もあります。

【タイトル】 上高地の宿泊施設

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**上高地の住宿**

作为旅游胜地，上高地建设得极为成熟完善，以致常常让人忽略了在偏僻山谷里建设并维护一个度假胜地所需要付出的艰辛。几十年来，从食品、日用品到建筑材料，一切本地无法生产的東西，都必须翻越一道道冰雪覆盖的高山垭口，从外地运入。

虽然位置偏远，但这个选址的长处也显而易见。这里自然景观壮丽，能够与群峰近距离接触，更为难得的是，身处在这种高山环抱的盆地却阳光充足。在此开发住宿设施，修建翻越北阿尔卑斯山脉的公路是第一个挑战。1887年，上高地开始建造第一家旅馆。旅馆主人租下这块国有土地花了20日元，在当时可谓一笔巨资。这无疑是一场赌博，但回报颇丰。1926年“釜隧道”通车后，极大地提升了交通便利性，上高地一举入选“日本八景”，大量观光客随之涌入。到20世纪70年代，日本的高山运动蓬勃发展，许多登山者把攀登枪岳和穗高岳诸峰列入自己的人生梦想，而有“日本阿尔卑斯山门户”之称的上高地成为他们逐梦之路上的第一站。

现在的上高地拥有可以满足各种档次和需求的住宿设施，从露营地、酒店、日式旅馆到山间小屋应有尽有。露营地价格低廉，配有洗碗池，还有专门防熊的食品储藏间。部分营地有搭建好的帐篷，喜欢自带帐篷的可以选择传统露营地。如想要更舒适的享受，推荐在上高地的酒店和日式旅馆投宿，那里不仅设施完善方便，还可以品尝到用本地食材制作的套餐，甚至还能泡温泉。对于寻求闲适的中档住宿的人来说，山间小屋应该是不错的选择。

上高地的度假区其实还经历过几次大的自然灾害。20世纪时，烧岳（2456米）曾经于1915年和1962年两次喷发。第二次喷发使河童桥上一夜之间覆上了厚达5厘米的火山灰。幸运的是，上高地并未遭受持续灾害。

<繁体字>**上高地の住宿**

作為旅遊勝地，上高地建設得相當成熟完善，以致常常讓人忽略了在偏僻山谷裡興建並維護一個度假勝地所需要付出的艱辛。幾十年來，從食品、日用品到建築材料，一切當地無法生產的東西都必須翻越一道道冰雪覆蓋的高山垭口，從外地運入。

雖然位置偏遠，但這個選址的優點也顯而易見：自然景觀壯麗，能夠與群峰近距離接觸，更難得的是，身處在這種高山環抱的盆地卻陽光充足。在此開發住宿設施，修建翻越北阿爾卑斯山脈的公路是第一個挑戰。1887年，上高地開始建造第一家旅館。旅館主人租下這塊國有土地花了20日圓，在當時可謂一筆巨資。這無疑是一場賭博，但回報頗豐。1926年「釜隧道」通車後，交通便利性大幅提升，上高地一舉入選「日本八景」，大量觀光客隨之湧入。到1970年代，日本的高山運動蓬勃發展，許多登山者把攀登槍岳和穗高岳諸峰列入自己的人生夢想，而有「日本阿爾卑斯山門戶」之稱的上高地成為他們逐夢之路上的第一站。

現在的上高地擁有可以滿足各種預算和需求的住宿設施，從露營地、酒店、日式旅館到山間小屋應有盡有。露營地價格低廉，配有洗碗池，還有專門防熊的食品儲藏間。部分營地有搭建好的帳篷，喜歡自己搭建帳篷的可以選擇傳統露營地。如想要更舒適的享受，上高地的酒店和日式旅館設施齊備，相當便利，遊客在此還可以品嚐到用當地食材製作的套餐，甚至還能泡溫泉。對於尋求閒適的中等消費客群來說，山間小屋應該是不錯的選擇。

上高地的度假區其實還經歷過幾次大的自然災害。20世紀時，燒岳（2456公尺）曾經於1915年和1962年兩次噴發。第二次噴發使河童橋上一夜之間覆上了厚達5公分的火山灰。幸運的是，上高地並未遭受持續災害。

<日本語仮訳>

上高地の宿泊施設

上高地は観光地として定評があるため、このような人里離れた谷間にリゾートを建設し、維持するには大変な苦勞があったことを忘れがちです。何十年もの間、食料や日用品から建築資材まで、現地で調達できないものはなんでも、深い雪に覆われた高山の峠を越えて運び込まなければなりません。

この場所は遠く離れていましたが、素晴らしい自然の美しさ、周囲の山頂に近いこと、そして高山の集落には珍しく日当たりの良い盆地であることなどの明確な利点がありました。北アルピスを抜ける道路の建設は最初の課題でしたが、1887年には上高地初の旅館が着工されました。オーナーは国有地を20円で借り、これは当時としては高額なものでした。それは賭けでしたが、それが功を奏しました。1926年に「釜トンネル」が開通してアクセスが格段に良くなると、上高地は「日本八景」の一つに選ばれ、観光客が押しかけるようになりました。1970年代に入ると、日本では登山ブームが到来し、槍ヶ岳や穂高岳の各峰への登頂は全てのアルピニストの憧れの的となりました。そして、そこへ到達するために、彼らは「日本アルプスの玄関口」として知られるようになった上高地にやってきました。

現在では、キャンプ場から、ホテル、旅館、山小屋まで予算や目的に合わせて宿泊施設を選ぶことができます。キャンプ場は安価で、食器洗い場や熊よけのための安全な食料貯蔵庫を備えています。あらかじめテントが張られているサイトと、テントを持参したい人のための昔ながらのキャンプ場があります。ワンランク上の快適さを求めるなら、上高地のホテルと旅館は便利な設備が整っており、地元の食材を使ったフルコースの料理が食べられ、温泉に入るところもあります。その中間の、カジュアルでも快適な滞在を求める人には、山小屋がお勧めです。

なお、上高地のリゾートエリアはいくつもの自然災害を乗り越えてきました。20 世紀には、1915 年と1962 年の2 回、焼岳（2,456m）が噴火し、2 回目の噴火では一晩で河童橋に5cm もの火山灰が降り積もりました。幸いにも、上高地は長期にわたる被害を免れることができました。

【タイトル】 大正池

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**大正池**

1915年6月6日上午，烧岳喷发。美国地质学家西德尼·鲍尔(Sydney Powers)写道：“烧岳喷出岩石、灰尘、泥浆、蒸汽和烟雾，伴随着雷鸣般的巨响。火山灰落在上高地，大量泥浆和巨石沿着陡坡滑落到下面的山谷里，阻断了河川。”

晶莹剔透的堰塞湖“大正池”就诞生在如此暴虐的场景中。倒映着烧岳和穗高群峰的纯净水面“水镜”是上高地的标志性景观之一，它和晨雾都是清晨绝景。河童桥与大正池之间建有步道，从度假区徒步过去非常方便，单程约需1个小时，一路都是湿地和森林。山谷中有70多种鸟类栖居，这也是一条观察野生动植物的上佳路线。

鲍尔博士在报告中还如此预测：“溪流将会快速冲刷挡道的（火山）碎片堆，要不了几年时间，这里就只会剩下一片沼泽。”然而100多年过去了，大正池不仅留存下来，还在可再生能源发电工程中发挥着重要作用。人们在湖的西端铺设了一条取水管，将湖水输送到泽渡附近的霞泽发电厂，借助水力发电为周边地区供能。

<繁体字>**大正池**

1915年6月6日上午，燒岳噴發。美國地質學家西德尼·鮑爾（Sydney Powers）寫道：「燒岳噴出岩石、灰塵、泥漿、蒸汽和煙霧，伴隨著雷鳴般的巨響。火山灰落在上高地，大量泥漿和巨石沿著陡坡滑落到下面的山谷裡，阻斷了河川」。

晶瑩澄澈的堰塞湖「大正池」就誕生在如此暴虐的場景中。倒映著燒岳和穗高群峰的純淨水面「水鏡」是上高地的標誌性景觀之一，它與晨霧都是清晨絕景。河童橋與大正池之間建有步道，從度假區徒步過去非常方便，單程近1個小時，一路都是濕地和森林。山谷中有70多種鳥類棲居，這也是一條觀察野生動植物的上佳路線。

鮑爾博士在報告中還如此預測：「溪流將會快速沖刷擋道的（火山）碎片堆，僅需幾年時間，這裡就只會剩下一片沼澤。」然而100多年過去了，大正池不僅留存下來，還在可再生能源發電工程中發揮著重要作用。人們在湖的西端鋪設了一條取水管，將湖水輸送到澤渡附近的霞澤發電廠，以水力發電為周邊地區提供電力。

<日本語仮訳>

大正池

1915年6月6日の午前、焼岳が噴火しました。アメリカの地質学者シドニー・パワーズは次のように書いています。「爆発は岩石、灰、泥、水蒸気、煙を吐き出し、ものすごい音の反響があった。上高地には灰が降り注ぎ、大量の泥と岩が急な斜面を下の溪谷へと滑り落ち、川をせき止めた。」

このような激烈な始まりから、透明度の高い大正池が生まれました。清らかな水に映る焼岳や穂高連峰の姿「水鏡」は、上高地の象徴的な景観のひとつで、朝霧とともに、早朝にしか眺めることができない特別な景色になっています。河童橋から大正池までは遊歩道が整備されており、リゾートエリアからも簡単にアクセスできます。道は湿地帯や森林の中を通り、片道約1時間の道のりです。70種以上の鳥類を含む溪谷の野生生物を観察するには最適です。

「川の流れは、遮っている（噴火の）堆積物を急速にすり減らしており、数年後には沼地だけが残るだろう」というパワーズ博士の見解に反して、1世紀以上経った今でも大正池は生き残っているだけでなく、再生可能エネルギーの生成に重要な役割を果たしています。湖の西端では、周辺地域に水力発電を供給する、沢渡近くの霞沢発電所に取水管が水を送っています。

【タイトル】河童橋

【想定媒体】WEB

<簡体字>**河童橋**

河童橋是一座木吊橋，跨越在位於上高地腹地的梓川上。旅遊旺季時，許多遊客都會來到橋上，盡情欣賞青山翠谷鑲嵌在明神岳（2931 米）和奧穗高岳（3190 米）之間的美麗畫面。而橋下，梓川水清透冰涼，河石、遊魚歷歷可數。

河童橋最初是一座開合橋，於 1910 年重建。芥川龍之介(1892-1927)1927 年發表的中篇小說《河童》中，對當時的上高地有詳細的描寫，這座橋也在其中。小說的主人公是一名精神病患者，他講述了進入河童之國的故事。河童是一種熱衷惡作劇的水怪，時而也會為非作歹，而小說主人公的結論是河童的世界比人間更美好。

現在，人們當然知道河童是虛構生物，但它們仍然活躍在日本文化中，並且深受喜愛。這些綠皮膚的人形妖怪手指和腳指間都有蹼，背上像烏龜一樣長著殼，頭頂有個碗狀的凹坑，裡面盛滿了水。民間傳說稱，如果遇到河童，應該禮貌鞠躬，因為一旦河童鞠躬還禮，腦袋上的水流出來，就會失去靈力。在某些地區傳說中，河童愛吃黃瓜，黃瓜卷壽司名為“河童卷”就起源於此。

關於這座橋為何以這種神秘的妖怪命名，有好幾種解釋。一種說法是河童（以及類似的水怪）曾經居於附近的深潭中，也有說其實這座橋下就是傳說中的深潭。還有人說是因為沒有這座橋的時候，人們渡河時要將衣服頂在頭上，模樣很像河童。

<繁体字>**河童橋**

河童橋是一座木吊橋，跨越在位於上高地腹地的梓川上。旅遊旺季時，許多遊客都會來到橋上，盡情欣賞青山翠谷鑲嵌在明神岳（2931 公尺）和奧穗高岳（3190 公尺）之間的美麗畫面。而橋下，梓川水清透冰涼，河石、遊魚歷歷可數。

初代河童橋是一座開合橋，於 1910 年重建。芥川龍之介（1892-1927）1927 年發表的中篇小說《河童》中，對當時的上高地有詳細的描寫，這座橋也在其中。小說的主人公是一名精神病患者，他講述了進入河童之國的故事。河童是一種熱衷惡作劇的水怪，時而也會為非作歹，而小說主人公的結論是河童的世界比人間更美好。

現在，人們當然知道河童是虛構生物，但它們仍然活躍在日本文化中，並且深受喜愛。這些綠皮膚的人形妖怪手指和腳指間都有蹼，背上像烏龜一樣長著殼，頭頂有個碗狀的凹坑，裡面盛滿了水。民間傳說稱，如果遇到河童，應該禮貌鞠躬，因為一旦河童鞠躬還禮，

腦袋上的水流出來，就會失去靈力。在某些地區傳說中，河童愛吃黃瓜，小黃瓜壽司名為「河童捲」就緣於此。

關於這座橋為何以這種神秘的妖怪命名，有好幾種解釋。一種說法是河童（以及類似的水怪）曾經居於附近的深潭中，也有說其實這座橋下就是傳說中的深潭。還有人說是因為沒有這座橋的時候，人們渡河時要將衣服頂在頭上，模樣很像河童。

<日本語仮訳>

河童橋

河童橋は、上高地の中心で梓川に架かる木製の吊り橋です。森林に覆われた谷壁の間に明神岳（2,931m）と奥穂高岳（3,190m）を望める完璧な眺望が広がる橋で、シーズン中は多くの観光客で賑わいます。河童橋の下には、冷たく澄んだ梓川の流れの中に川の石や魚が見えます。

初代の河童橋は跳ね橋でしたが、1910年に再建されました。河童橋は、当時の上高地の様子を克明に描いた芥川龍之介（1892-1927）の中編小説『河童』（1927年）に登場します。精神病患者である主人公が、いたずら好きで時には邪悪な気性で知られる河童の国に入った物語を語っています。そして、主人公は、人間の社会よりも河童の社会の方が望ましいと結論づけています。

今日では、河童は架空の生き物と考えられていますが、今も日本の文化の中で親しまれています。緑色の肌をした人間のような生き物で、足と手には水かきがあり、背中には亀のような甲羅があり、頭には水の入ったお椀のような窪みがあります。民衆の知恵では、河童に会ったら丁寧にお辞儀をするようにと教えられています。なぜなら、河童がお辞儀を返すと、頭から水がこぼれて無力になるからです。また、地方によってはキュウリが好物だと言われており、キュウリの入った巻き寿司を「かっぱ巻き」と呼ぶ語源にもなっています。

橋がこの架空の生物にちなんで名付けられた理由については、いくつかの説があります。昔、河童（または河童に似た水生生物）が近くの深い淵に住んでいたからという説や、その淵の上に実際に橋が架けられたからという説もあります。また、橋ができる前、服を頭にのせて川を渡っていた人が河童に似ていたからという説などがあります。

【タイトル】 ウェストン碑

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**韦斯顿纪念碑**

沃尔特·韦斯顿(Walter Weston,1861-1940)先生是英国圣公会传教士、登山家，于 1888 年来到日本。他先是在熊本和神户传教，后来又去了横滨。他在日本侨居了 15 年，对这里的山川风貌、历史传统、国民和文化有着浓厚的兴趣，而最为热爱的还是日本的高山。韦斯顿被尊为“日本近代登山之父”，人们在梓川北岸的一块石壁上为他设碑以志纪念。这块纪念碑于 1937 年由日本山岳会设置，以此纪念韦斯顿的一生以及他将“日本阿尔卑斯”之名推广至全世界的功绩。从河童桥徒步去纪念碑大约需要 20 分钟。

赴日之前，剑桥大学毕业的韦斯顿就已征服了瑞士阿尔卑斯群山，他将登山的热情带到日本阿尔卑斯山脉，花了 4 年时间和朋友一起对其进行了探索。他的朋友兼向导叫上条嘉门次(1847-1917)，是本地猎人，也是登山家。韦斯顿热爱这里的山峰，称它们“宏伟而野性”，有着其它日本山峰少见的特质。1892 年，他登顶枪岳，此外还攀登了许多山峰。1896 年韦斯顿回英国后，出版了《在日本阿尔卑斯山区的登山与探险》(Mountaineering and Exploring in the Japanese Alps)，将本地区推向了英语圈。

韦斯顿对日本作出的最大贡献莫过于他传播的“登山为快乐，而不是为赚钱、为修行”之理念。他的理念在当年相当标新立异，他对峰顶的探索也常常让外人对其感到疑惑。韦斯顿在书中描述过本地人的反应，“他们不停地向我刺探，‘你是来找银矿的吗？’不是？那肯定是为水晶来的吧？’我登山只是为了快乐。’这样的回答很难令他们信服。”

1906 年，韦斯顿成为日本山岳会首位荣誉会员，1939 年又荣获裕仁天皇颁发的“勋四等瑞宝章”[※]。韦斯顿和上条嘉门次的故事在上高地流传至今，明神池畔的嘉门次小屋的经营者就是上条嘉门次的第四代后裔。每年 6 月的第一个星期天，本地还会举办韦斯顿节。

韦斯顿纪念碑的碑石近来引起了一些地质学家的兴趣，他们认为这是一块世界上最年轻的花岗闪长岩（一种火成岩）。

※瑞宝章：日本内阁于 1888 年开始颁发的勋章，授奖对象为长年从事公共事务，对国家或公共事业有功绩者，共设 6 等。

<繁体字>**韋斯頓紀念碑**

沃爾特·韋斯頓（Walter Weston, 1861-1940）先生是英國聖公會傳教士、登山家，於 1888 年來日本。他先是在熊本和神戶傳教，後來又去了橫濱。他在日本待了 15 年，對這裡的山川風貌、歷史傳統、國民和文化有著濃厚的興趣，而最為熱愛的還是日本的高山。韋斯頓被尊為「日本近代登山之父」，人們在梓川北岸的一塊石壁上為他設碑以志紀念。這塊紀念碑於 1937 年由日本山岳會設置，以此紀念韋斯頓的一生以及他將「日本阿爾卑斯」之名推廣至全世界的功績。從河童橋徒步去紀念碑大約需要 20 分鐘。

赴日之前，劍橋大學畢業的韋斯頓就已征服了瑞士阿爾卑斯群山，他將對登山的熱情帶到日本阿爾卑斯山脈，用了 4 年時間和朋友一起對其進行了探索。他的朋友兼嚮導叫上條嘉門次（1847-1917），是當地獵人，也是登山家。韋斯頓熱愛這裡的山峰，稱它們「宏偉而野性」，有著其它日本山峰少見的特質。1892 年，他登頂槍岳，此外還攀登了許多山峰。1896 年韋斯頓回英國後，出版了《在日本阿爾卑斯山區的登山與探險》（Mountaineering and Exploring in the Japanese Alps），將當地推向了英語圈。

對於日本來說，韋斯頓最大的貢獻是他所傳播的「登山為快樂，而不是為賺錢、為修行」的理念。他的理念在當年相當標新立異，他對峰頂的探索也常常遭遇外人的困惑。韋斯頓在書中描述過當地人的反應，「他們不停地向我刺探，『你是來找銀礦的嗎？』『不是？那肯定是為水晶來的吧？』『我登山只是為了快樂。』這樣的回答很難令他們信服。」

1906 年，韋斯頓成為日本山岳會首位榮譽會員，1939 年又榮獲裕仁天皇頒發的「勳四等瑞寶章^{*}」。韋斯頓和上條嘉門次的故事在上高地流傳至今，明神池畔的嘉門次小屋的經營者就是上條嘉門次的第四代後裔。每年 6 月的第一個星期天，當地還會舉辦韋斯頓節。

韋斯頓紀念碑的碑石近來引起了一些地質學家的興趣，他們認為這是一塊世界上最年輕的花崗閃長岩（一種火成岩）。

※瑞寶章：日本內閣於 1888 年開始頒發的勳章，授獎對象為長年從事公共事務、對國家或公共事業有功績者，共設 6 等。

<日本語仮訳>

ウェストン碑

英国国教会の宣教師であり、アルピニストでもあるウォルター・ウェストン牧師（1861-1940）は、1888 年に来日し、最初は熊本と神戸で、後に横浜で働きました。ウェストンは日本で 15 年間過ごし、日本の風景、伝統、人々、文化、そして何よりも山々に強い関心を抱きました。ウェストンは「日本近代登山の父」として記憶されており、その記念に梓川の北側の岩肌にプレートが設置されています。1937 年に日本山岳会によって設置されたこのプレートは、彼の生涯と「日本アルプス」という呼称を世界的に広めた功績を称えています。この記念プレートは河童橋から徒歩 20 分のところにあります。

来日前、ケンブリッジ大学で教育を受けたウェストンは、スイス・アルプスで広範囲に登山活動を行っていました。彼はその情熱を日本アルプスに持ち込み、地元のガイドであり友人でもある猟師・登山家の上條嘉門次（1847-1917）とともに 4 年間にわたり日本アルプスを探検しました。ウェストンはこの地の山を愛し、それは日本では滅多に見られない「雄大さと荒々しさ」を持つと表現しました。1892

年には槍ヶ岳に登頂し、その他にも多くの山に登っています。英国帰国後の 1896 年には『Mountaineering and Exploring in the Japanese Alps (『日本アルプスの登山と探検』)』を出版し、日本アルプスを英語圏の人々に紹介しました。

ウェストン牧師が日本に残した最大の遺産は、経済目的や精神修養のためではなく、楽しむために登山をするという概念を日本に紹介したことです。当時としては斬新な考え方であり、彼の山々への挑戦は時々混乱に見舞われました。ウェストンは著書の中で、地元の住人たちの最初の反応を次のように紹介しています。「彼らは私に質問を浴びせ始めた。『銀山を探しに来たのか』『いや、それなら水晶ではないか』。私は単に趣味で登っているのだと納得させるのが大変だった」。

その後、ウェストンは 1906 年に日本山岳会の初の名誉会員となり、1939 年には昭和天皇から「勲四等瑞宝章[※]」を授与されました。今でも上高地にはウェストンと上条嘉門次の遺志が受け継がれています。明神池の近くにある嘉門次小屋は、現在も嘉門次の 4 代目の子孫が経営しており、6 月の第 1 日曜日には「ウェストン祭」が開催されています。

ウェストン碑が埋め込まれている岩は、世界で最も若い花崗閃緑岩（火成岩の一種）の例であると、最近、地質学者の関心を集めています。

※瑞宝章：日本内閣府が 1888 年に制定され、国または公共的な業務に長年従事し、功労のある者に対して授与される勲章である。計 6 等級がある。

【タイトル】 田代池と田代湿原

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**田代池与田代湿地**

田代池在河童桥到大正池的徒步路线中点附近，是上高地风景绝佳之处。虽然它规模不大，但四周沼泽的盎然野趣足以弥补这点不足，在这里能发现许多生存在山谷里的禽鸟和花卉。晴朗的日子里，还可以看到旁边的六白山和霞泽岳倒映在清澈的水面上。

田代池的水源是靠周边山峰积存的雨水渗入地下汇集而来。地下水中携带的大量泥沙，沉积在池底，逐渐让水面变得越来越小。1915年时池水深5米，现在已经浅了许多。泥沙加上堆积在池底的大量死去的水生植物，将田代池从一个普通池塘变成了生机勃勃的湿地。

夏季的池塘周围到处都是难得一见的花草。建议找一找萱草（日本名称“禅庭花”）金黄的花朵，也不要错过羊躑躅（日本名称“莲华躑躅”，一种落叶杜鹃）那橙红的花枝。

这里栖息着日本歌鸲、红胁蓝尾鸲、大斑啄木鸟和黄眉姬鹀等多种鸟类。还有日本猕猴常常下坡游荡，可以看到它们在徒步路线两旁的植物上觅食。

秋季，池边落叶松的针叶转为金黄，引得摄影爱好者蜂拥而至。观赏枫叶最好的时间是10月下旬。冬季，最执著的摄影师会在破晓前出发，沿着积雪覆盖的山道徒步，去捕捉特别的绝景：冰霜覆盖的山林被朝阳点亮，水面倒映的树影如同闪闪发光的水晶柱般晶莹剔透。

<繁体字>**田代池與田代濕地**

田代池在河童橋到大正池的健行路線中點附近，是上高地風景絕佳之處。雖然它規模不大，但四周沼澤的盎然野趣足以彌補這點不足，在這裡能發現許多生活在山谷中的鳥類和花卉。晴朗的日子裡，還可以看到旁邊的六白山和霞澤岳倒映在清澈的水面上。

田代池的水源是靠周邊山峰積存的雨水滲入地下彙集而來。地下水中攜帶的大量泥沙沉積在池底，逐漸讓水面變得越來越小。1915年時池水深5公尺，現在已經淺了許多。泥沙加上堆積在池底的大量死去的水生植物，將田代池從一個普通池塘變成了生機勃勃的濕地。

夏季的池塘周圍到處都是難得一見的花草。建議找一找萱草（日本名稱「禪庭花」）金黃的花朵，也不要錯過羊躑躅（日本名稱「蓮華躑躅」），一種落葉杜鵑）那橙紅的花枝。

這裡棲息著日本歌鸲、紅脅藍尾鸲、大斑啄木鳥和黃眉姬鶯等多種鳥類。還有日本獼猴常常下坡遊蕩，可以看到牠們在健行路線兩旁的植物上覓食。

秋季、池邊落葉松的針葉轉為金黃，吸引攝影愛好者蜂擁而至。觀賞楓葉最好的時間是 10 月下旬。冬季，最執著的攝影師會在破曉前出發，沿著積雪覆蓋的山道健行，去捕捉特別的絕景：冰霜覆蓋的山林被朝陽點亮，水面倒映的樹影如同閃閃發光的水晶柱般晶瑩剔透。

<日本語仮訳>

田代池と田代湿原

田代池は、河童橋と大正池を結ぶハイキングコースのおよそ中間地点に位置する、上高地を代表する景勝地のひとつです。人によっては少し小さいと感じられるかもしれませんが、周囲の湿原の自然の素晴らしさはそれを補って余りあるもので、谷間に生息する多くの鳥や花々を見ることができます。天気の良い日には、澄んだ水に六百山や霞沢岳が映ります。

この池の水源は、周囲の山々で吸収された雨水が地下水として流れてきたものです。この水にはかなりの堆積物が含まれており、それが池に沈殿し、少しずつ池の規模を縮小しています。1915 年には 5 メートルあった池の深さは、現在ではかなり浅くなっています。枯れて池の底に積もった水生植物も、田代池を単なる池から繁茂した湿地に変えるのに役立っています。

夏の間、池の周辺には珍しい植物がたくさん見られます。ゼンテイカの黄金色の花や、赤橙色のレンゲツツジの小枝などを探してみてください。

鳥類では、コマドリ、ルリビタキ、アカゲラ、キビタキなどが見られます。また、ニホンザルが上の斜面から降りてきて、ハイキングコースの周辺の植物を食べている姿もよく見られます。

また、秋には池の周りのカラマツの葉が鮮やかな黄金色に変わり、田代池はカメラマンに人気のスポットとなります。紅葉の見頃は 10 月下旬頃です。冬になると、熱心なカメラマンたちが夜明けとともに雪道を歩き、霜に覆われた木々が太陽に照らされている様子が水面に映り、まるで水晶の柱のように輝くのを撮影します。

【タイトル】明神池

【想定媒体】WEB

<簡体字>**明神池**

这个葫芦形的池塘位于上高地北端的穗高神社奥宫（内社）中，因为水质清澈，水面如镜，也被称为“镜池”，又因为本地区在神道教神话体系里的重要地位而得名“神池”。

传说世界初生之际，海神绵津见之子、神话里的日本首位统治者神武天皇（在位期间：公元前 660-585）的叔父穗高见命从天上降临到奥穗高岳之巅。长久以来，穗高见命一直被视为本地区及日本阿尔卑斯山脉的保护神，人们在奥穗高岳上修建了一座供奉他的神社。而位于奥穗高岳下的明神池，纯净而又与世隔绝，同样被人们尊为圣地。

每年 10 月 8 日，池上会举办明神池御船祭。神官（神职人员）和巫女们（侍奉神灵的未婚女性）穿着艳丽的平安时代(794-1185)服饰，分立于两艘祭船上。两船船首一为龙头，一为鹈首（鹈音“意”，中国古书上的一种水鸟，常绘于船首）。在龙笛等传统乐器吹奏的日本雅乐*伴奏下，祭船庄严地绕池而行，随后还会在神社中举行仪式，祭祀那些丧生于山中的亡灵。

明神池的源头是地下水，非常通透，水中游鱼清晰可见。祭船停泊在池塘环线边上的一个小码头，来访者也可以在那里观赏。

※日本雅乐：自古以来由宫廷培育的正统音乐，被指定为国家重要非物质文化遗产，其源头主要是来自中国的“唐乐”和朝鲜半岛的“高丽乐”，流传至今已有 1200 多年历史。现在除了由宫内厅乐部演奏外，在各地的神社寺庙的祭祀活动中也有固定传承，而且与日本民间艺术相结合，发展出了多种多样的形式。

<繁体字>**明神池**

這個葫蘆形的池塘位於上高地北端的穗高神社奧宮（內社）中，因為水質清澈，水面如鏡，也被稱為「鏡池」，又因為當地在神道教神話體系裡的重要地位而得名「神池」。

傳說世界初生之際，海神綿津見之子、神話裡的日本首位統治者神武天皇（在位期間：西元前 660-585）的叔父穗高見命從天上降臨到奧穗高岳之巔。長久以來，穗高見命一直被視為當地及日本阿爾卑斯山脈的保護神，人們在奧穗高岳上修建了一座供奉祂的神社。而位於奧穗高岳下的明神池，純淨而又與世隔絕，同樣被人們尊為聖地。

毎年10月8日、池上會舉辦明神池御船祭。神官（神職人員）和巫女們（侍奉神靈的未婚女性）穿著豔麗的平安時代（794-1185）的服飾，分立於兩艘祭船上。兩船船首一為龍頭，一為鷓首（鷓音「意」，中國古書上的一種水鳥，常繪於船首）。在龍笛等傳統樂器吹奏的日本雅樂^{*}伴奏下，祭船莊嚴地繞池而行，隨後還會在神社中舉行儀式，祭祀那些在山區喪生的亡靈。

明神池的源頭是地下水，非常通透，水中游魚清晰可見。祭船停泊在池塘環線邊上的一個小碼頭，遊客也可以在那裡觀賞。

※日本雅樂：自古以來由宮廷培育的正統音樂，被指定為國家重要非物質文化財產，其源頭主要是來自中國的「唐樂」和朝鮮半島的「高麗樂」，流傳至今已有1200多年歷史。現在除了由宮內廳樂部演奏外，在各地的神社寺廟的祭祀活動中也有固定傳承，而且與日本民間藝術相結合，發展出了多種多樣的形式。

<日本語仮訳>

明神池

上高地の北端に位置するこのひょうたん形の池は、穂高神社奥宮の境内にあります。水が澄んでいて水面が反射することから、「鏡池」とも呼ばれ、神道神話におけるこの地域の役割にちなんで「神池」とも呼ばれています。

伝説によると、世界がまだ若かった頃、海の神であるワタツミ（綿津見）の息子であり、日本の伝説的な最初の統治者である神武天皇（在位期間：紀元前660～585年）の叔父である穂高見命が天から降りてきて、奥穂高岳の頂上に降り立たとされています。奥穂高岳には穂高見を祀る神社が建立され、古くからこの地域の守護神、日本アルプスの守護神とされています。世間と隔絶され汚されていない、奥穂高岳の麓にある明神池も、同様に神々しい存在です。

毎年10月8日、明神池の水上では「明神池お船祭り」が開催されます。色鮮やかな平安時代（794-1185）の装束に身を包んだ神官（神職）や巫女（神に仕える未婚の女性）が、2艘の祭船に乗り込みます。ひとつは龍の頭のような形をした船首を持ち、もうひとつは鷓首（「鷓」とは、中国で想像上の水鳥で、よく船首にその形を置いて飾りとした）のような形をしています。祭船は龍笛など伝統的な楽器の雅樂^{*}の演奏に合わせて厳かに池を周遊します。その後、神社では山で命を落とした人々の霊を祀る儀式が行われます。

明神池には湧水が流れ込んでおり、非常に澄んだ状態を保っているため、水面下を泳ぐ魚の姿もよく見えます。また、池のまわりを通る小道の横にある小さな栈橋では、停泊している祭船を見ることができます。

※雅樂：古来より宮廷で育成された正統な音楽であり、国の重要無形文化遺産に指定されている。古代中国の「唐樂」と朝鮮の「高麗樂」を起源とし、1200年以上の歴史を誇る。現在、宮内庁の楽部による演奏以外に、各地の社寺にも固有の伝承があり、また民間芸能と結び付き多様な形でも見受けられる。

【タイトル】新穂高ロープウェイ

【想定媒体】WEB

<簡体字>**新穂高索道**

新穂高索道堪称奥飞驒（音“驼”）地区最受欢迎的游览项目。索道除极端气候条件或遭遇强风停运外每天运行。二段式索道将游客送上海拔 2156 米的西穂高口站，用时大约 25 分钟。站在观景台上，可将西穂高岳（2909 米）、枪岳（3180 米）、笠岳（2898 米）等北阿尔卑斯山脉的山峰尽收眼底。

在最初的设想中，新穂高索道游览线将连接岐阜和长野两县，跨越穗高山脉，最终到达上高地度假村区域的河童桥，但受财力、工程技术和环境因素限制，1970 年正式运营时，线路要比预想短得多。尽管如此，到 1975 年为止，索道线 5 年间就接待了大约 100 万乘客。

现在，第一段索道连接着新穂高温泉站（1117 米）和中转点锅平高原站（1305 米），从那里步行一小段路到达白桦平站（1308 米）后再乘坐第二段索道。第二段使用的是全日本唯一的双层索道车厢，这一创新设计旨在让尽可能多的乘客能在靠窗位置观赏壮丽的阿尔卑斯山景。索道每年春夏秋三季都会开放几天夜间运营的“星空观赏便”，供游客欣赏星光璀璨的夜空（只限第二段索道）。具体日期和时间见官方网站 (shinhotakaropeway.jp/hoshizora/)。

索道终点建有大观景台，极目远眺，北阿尔卑斯山脉群峰一览无余。指示牌上的山峰名都绘有三个方向的对照轮廓，并附英文说明。观景台下有设有餐厅、纪念品商店和洗手间。西穂高口站所在的山脊上还有一座千石公园，从车站过去非常方便。公园小树林里的花卉品种极为丰富。车站屋檐下还住着烟腹毛脚燕，它们也是这里的山区居民，夏季时在此繁殖。

山顶固然风光无限，许多乘客还是会在中转点逗留，前往游客中心参观有关自然的展示，或是在露天温泉休闲放松。白桦平站附近设有足浴点，来访者可以边泡脚边看索道车厢来来往往。总长 2.3 公里的自然景观步道在夏季开设导览项目，冬季则有雪鞋徒步项目，但都需要预约。站里还有零食、甜点和新出炉的面包出售。

新穂高索道起点就在浓飞巴士新穂高线终点处，轮椅也可以无障碍通行。

<繁体字>**新穂高空中纜車**

新穂高空中纜車堪稱奧飛驒（音「駝」）地區最受歡迎的遊覽亮點。纜車除極端氣候條件或遭遇強風停運外每天運行。二段式纜車線將遊客送上海拔 2156 公尺的西穂高口站，耗時大約 25 分鐘。站在觀景臺上，可將西穂高岳（2909 公尺）、槍岳（3180 公尺）、笠岳（2898 公尺）等北阿爾卑斯山脈的山峰盡收眼底。

在最初的設想中，新穂高纜車遊覽線將連接岐阜和長野兩縣，跨越穂高山脈，最終到達上高地度假村中的河童橋，但受財力、工程技術和環境因素限制，1970 年正式啟用時，線路要比預想短得多。儘管如此，到 1975 年為止，纜車 5 年間就接待了大約 100 萬乘客。

現在，第一段纜車連接新穂高温泉站（1117 公尺）和中轉點鍋平高原站（1305 公尺），從那裡步行一小段路到白樺平站（1308 公尺）後再乘坐第二段纜車。第二段使用的是全日本唯一的雙層纜車車廂，這一創新設計旨在讓盡可能多的乘客能在靠窗位置觀賞壯麗的阿爾卑斯山景。索道每年春夏秋三季都會開放幾天夜間運營的「星光觀賞便」，供遊客欣賞星光璀璨的夜空（只限第二段纜車）。具體日期和時間見官方網站（shinhotaka-ropeway.jp/hoshizora/）。

空中纜車終點建有大觀景台，極目遠眺，北阿爾卑斯山脈群峰一覽無餘。指示牌上的山峰名都繪有三個方向的對照輪廓，並附英文說明。觀景台下設有餐廳、紀念品商店和洗手間。西穂高口站所在的山脊上還有一座千石公園，從車站過去非常方便。公園小樹林裡的花卉品種極為豐富。車站屋簷下還住著煙腹毛腳燕，牠們也是這裡的山區居民，夏季時在此繁殖。

山頂固然風光無限，許多乘客還是會在中轉點逗留，前往遊客中心參觀有關自然的展示，或是在露天溫泉休閒放鬆。白樺平站附近設有足浴點，遊客可以邊泡腳邊看纜車來來往往。總長 2.3 公里的自然景觀步道在夏季提供導覽服務，冬季則有雪鞋健行專案，但都需要預約。站裡還有零食、甜點和新出爐的麵包出售。

新穂高纜車起點就在濃飛客運新穂高線終點處，輪椅也可以無障礙通行。

<日本語仮訳>

新穂高ロープウェイ

新穂高ロープウェイは、奥飛驒エリアで最も人気のある観光スポットです。極端な気象条件や強風時を除き毎日運行しており、標高 2,156m の西穂高口駅まで 2 部構成のロープウェイで約 25 分で到着します。展望台からは、西穂高岳（2,909m）、槍ヶ岳（3,180m）、笠ヶ岳（2,898m）など北アルプスの山々が一望できます。

新穂高ロープウェイは当初、岐阜県と長野県を結ぶ観光ルートとして、穂高連峰を越えてリゾート地・上高地の河童橋に到達することが想定されていました。しかし、財政的、技術的、環境的な問題から、1970 年の開通時にはルートは大幅に短縮されました。それにも関わらず、1975 年までに約 100 万人の乗客が利用しました。

現在、第 1 ロープウェイは、新穂高温泉駅（1,117m）から乗り継ぎ地点である鍋平高原駅（1,305m）までを結んでいます。鍋平高原駅からは、第 2 ロープウェイの起点であるしらかば平駅

(1,308m) まで歩いてすぐです。ここでは、日本で唯一の 2 階建て Gondola に乗り込みます。この Gondola は、できるだけ多くの乗客が窓から雄大なアルプスの景色を眺められるように設計された革新的なものです。また、春夏秋の各シーズンの数日間、夜間「星空観賞便」が運行され（第 2 ロープウェイ限定）、天空にきらめく至高のイルミネーションを楽しめます。運行の詳細は公式サイトをご確認ください（<https://shinhotaka-ropeway.jp/hoshizora/>）。

終点には、広大な北アルプスを一望できる大きな展望台があります。英語のキャプション付きの看板には、3 方向に見える山の名前とシルエットが表示されています。デッキの下にはレストランやお土産屋さん、トイレなどがあります。西穂高口駅は千石園地と尾根を分け合い、駅舎からすぐに行ける場所にたくさんの花が咲き乱れる小さな森があります。建物の軒先には、夏になるとこの地域で繁殖するイワツバメという別の山の住人もいます。

山頂からの眺めも素晴らしいものですが、ロープウェイの乗客の多くは中間乗り継ぎエリアで足を止め、ビジターセンターで自然に関する展示を見たり、温泉露天風呂にのんびりと浸かったりして楽しめます。しらかば平駅の近くには足湯があり、Gondola の発着を見ながら足をつけることができます。約 2.3km の自然散策路では、夏はガイドウォーク、冬はスノーシューツアーが楽しめますが、予約が必要です。しらかば平駅では、軽食やデザート、焼きたてのパンなどが販売されています。

濃飛バス新穂高線の終点に位置する新穂高ロープウェイは、車いすでも利用できます。

【タイトル】 アルプス街道平湯と平湯バスターミナル

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**阿尔卑斯街道平汤及平汤汽车总站**

这个位于平汤温泉村的综合设施不仅是休闲场所，也是北阿尔卑斯山脉在岐阜县一侧的重要交通枢纽。旅客可以在这里进餐、购物、参观当地景点之后，再登上巴士继续进山的旅程。

一楼餐厅提供咖喱、拉面、乌冬面和飞驒（音“驼”）牛的烤肉盖饭。站里还有一家面包房，可以买到新鲜出炉的面包。大型纪念品商场里出售零食、饮料、日用品和旅行用品，以及琳琅满目的飞驒高山地区土特产。其中有一种护身泥偶，名为“猿宝宝”，是一只无脸红色猴子，据说可以除魔、结缘、安产。店里还有品种繁多的日本清酒，都产自邻近有着“酒之宝库”之称的飞驒高山、飞驒古川和飞驒神冈等地。

站内的足浴温泉供旅客免费使用，开放时间为 9:00~17:00，投币储物柜和洗手间也一应俱全。从阿尔卑斯街道平汤停车场出发，步行不远处就是以疗愈闻名的平汤神社。附近的平汤大瀑布 64 米高、6 米宽，从神社过去步行约需 30 分钟，车程 5 分钟。

平汤汽车总站是奥飞驒地区的主要交通枢纽，有开往上高地、乘鞍岳、新穗高索道起点和高山等各个热门景点的巴士。通往上高地和乘鞍岳的公路有私家车禁行令，自驾车主需将车停在汽车总站内，再转乘巴士或出租车前往目的地。站内还有高速公路快线巴士，开往松本（1 小时 25 分钟）和东京新宿（4 小时 30 分钟）。

<繁体字>**阿爾卑斯街道平湯及平湯轉運站**

這個位於平湯溫泉村的購物廣場不僅是休閒場所，也是北阿爾卑斯山脈在岐阜縣一側的重要交通樞紐。旅客可以在這裡用餐、購物、參觀當地景點之後，再登上客運繼續進山的旅程。

一樓餐廳提供咖喱、拉麵、烏冬面和飛驒（音「駝」）牛的烤肉蓋飯。站裡還有一家麵包房，可以買到新鮮出爐的麵包。大型紀念品商場裡出售零食、飲料、日用品和旅行用品，以及琳琅滿目的飛驒高山地區土特產。其中有一種護身泥偶名為「猿寶寶」，是一隻無臉紅色猴子，據說可以除魔、結緣、安產。店裡還有品種繁多的日本清酒，都產自附近的飛驒高山、飛驒古川和飛驒神岡這些「酒之寶庫」。

站內的足浴溫泉供旅客免費使用，開放時間為 9:00～17:00，投幣儲物櫃和洗手間也一應俱全。從阿爾卑斯街道平湯停車場出發，步行不遠處就是以療癒聞名的平湯神社。附近的平湯大瀑布 64 公尺高、6 公尺寬，從神社過去步行約需 30 分鐘，車程 5 分鐘。

平湯轉運站是奧飛驒地區的主要交通樞紐，有開往上高地、乘鞍岳、新穂高纜車起點和高山等各個熱門景點的客運。通往上高地和乘鞍岳的公路禁行自用小客車禁行，自駕車主需將車停在轉運站內，再轉乘客運或計程車前往目的地。站內還有高速公路客運，開往松本（1 小時 25 分鐘）和東京新宿（4 小時 30 分鐘）。

<日本語仮訳>

アルプス街道平湯と平湯バスターミナル

平湯温泉の温泉街にあるこの施設は、休憩所であり、北アルプスの岐阜県側における交通の要所でもあります。観光客は食事や買い物をしたり、地元の名所を巡ったりしてから、バスで山奥に向かうことができます。

1 階のレストランでは、カレーやラーメン、うどん、飛驒牛の焼肉丼（牛丼）などが食べられ、建物内のベーカリーでは焼きたてのパンが販売されています。大きなお土産屋さんには、軽食や飲み物、日用品や旅行用品などがあり、飛驒高山のお土産も充実しています。その中には顔のない赤い人形の形をした「さるぼぼ」があり、魔除け、縁結び、安産などのご利益があるといわれています。また、近隣の「酒の宝庫」である飛驒高山や飛驒古川、飛驒神岡などで作られた日本酒も販売しています。

館内の無料足湯も午前 9 時から午後 5 時まで利用できますので、ぜひご利用ください。コインロッカーやお手洗いも完備しています。アルプス街道平湯駐車場から歩いてすぐのところには、癒しのパワースポットとして知られる平湯神社があります。高さ 64m、幅 6m の平湯大滝へは、徒歩約 30 分、車で約 5 分です。

平湯バスターミナルは、奥飛驒地域の交通の要所であり、バスは上高地、乗鞍岳、新穂高ロープウェイ、高山などの人気の目的地まで運行されています。上高地や乗鞍岳への道路は車両規制があるため、自家用車をターミナルに停めて、バスやタクシーで目的地に向かう必要があります。また、平湯バスターミナルと松本市（1 時間 25 分）、東京の新宿（4 時間 30 分）を結ぶ高速バスも運行されています。

地域番号	012	協議会名	大山隠岐国立公園
------	-----	------	----------

解説文一覧

NO.	スポット名 (タイトル)	中国語文字数	想定媒体
012-001	三瓶温泉：学びの湯	1315	WEB
012-002	三瓶そば：そばの元祖	855	WEB
012-003	蒜山:大山隠岐の玄関口	1155	WEB、パンフ
012-004	大山と蒜山の地形	830	WEB、パンフ
012-005	蒜山高原の魅力	1200	WEB、パンフ
012-006	蒜山の野生動植物	1510	WEB、パンフ
012-007	伝統の山焼き	790	WEB、パンフ
012-008	蒜山の絶滅危惧種	890	WEB、パンフ
012-009	「里山」とは	705	WEB、パンフ
012-010	真庭：木材の都市	420	看板
012-011	真庭：木材の都市	890	WEB、パンフ
012-012	クロス・ラミネイテッド・ティンバー	435	看板
012-013	クロス・ラミネイテッド・ティンバー	1560	WEB、パンフ
012-014	蒜山地域で体験可能な自然保全体験活動	775	WEB、パンフ
012-015	塩釜冷泉	590	QRコード
012-016	ひるぜん塩釜キャンピングヴィレッジ	695	WEB
012-017	蒜山のハイキングコース：中蒜山登山口	455	QRコード
012-018	蒜山ハイキングコース	500	WEB
012-019	三平山ハイキングコース	465	QRコード
012-020	三平山ハイキングコース	570	WEB
012-021	大宮踊	1275	WEB、パンフ
012-022	蒜山の乳製品	595	WEB、パンフ
012-023	蒜山の土壌	1195	WEB、パンフ
012-024	おこわ：蒜山の心安らぐ料理	480	WEB、パンフ
012-025	ひるぜん焼きそば：ご当地グルメの定番	565	WEB、パンフ
012-026	ひるぜんワイナリーの山ぶどうのワイン	975	WEB、パンフ
012-027	ひるぜんワイナリー訪問	715	WEB、パンフ
012-028	蒜山ハーブガーデンハービル	1160	WEB、パンフ
012-029	蒜山サイクリング	695	WEB
012-030	勝山：伝統的な町並みと近代アート	835	WEB
012-031	神庭の滝	695	WEB
012-032	道の駅「風の家」	750	WEB
012-033	蒜山やつか温泉 快湯館	480	WEB
012-034	希少な生物との出会い：オオサンショウウオ	1505	パンフ
012-035	福田神社と吉森堂	1050	WEB
012-036	郷原漆器	1370	WEB

012-037	スイトン	550	WEB
012-038	蜂の子：蒜山の珍味	335	WEB

【タイトル】 三瓶温泉：学びの湯

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

三瓶温泉：学之汤

在三瓶山的南侧有一处泉眼，土黄色的温泉以每分钟3000升的水量涌出，这便是三瓶温泉，也是日本中国地方^{*}出水量最大的温泉。泉眼处的水温约为36℃，当泉水注入三瓶山南侧的志学温泉各浴场时，温度会降低一些。这里还有被誉为日本第一的星空，夜晚可以一边泡着露天温泉一边眺望壮观美景。

有关三瓶山温泉的记录最早可追溯到大约1000年前，但“三瓶温泉”之名直到1957年才出现。在此之前，温泉跟随过去的町（街道）名，叫做“四岳温泉”。而“四岳”，指的就是三瓶山的四座山峰。到18世纪晚期，本地名士今田知卿作为医生前往京都实习归来后，为了用自身对学习的热爱激励本地居民，使用“四岳”的谐音“志学”替代了前者。如今，每逢提到旧名“四岳温泉”时，都会写成“志学温泉”，以表达“学之汤”的含义。

三瓶温泉是氯化物温泉，因含有氧化铁成分而呈现出深褐色泽。这里的温泉水中富含不溶于水的金属矿物微粒，水质显得十分浑浊。这种微粒被称为“汤之花”，宛如天然浴盐。事实上，它们的确常常被提炼出来，作为洗浴用品销售。三瓶温泉水中还含有钠、钾、镁、钙等矿物元素，以护肤功效著称。此外，水中天然生成的少量气泡也让泉水自带轻微的泡腾感。

在以下温泉浴场均可体验三瓶温泉。

三瓶庄（さんべ荘）

这家老牌旅馆的温泉浴场也向非住宿游客开放。露天浴场分男池和女池，有岩石砌成的标准公共大浴池和14个只能容纳1~2人的各式小浴池，包括陶瓷浴池、桧木浴池、釜浴池、樽（木桶）浴池等。在七福神塑像的旁边，还有一个大船形状的浴池。七福神是七位神明的合称，分别出自印度教、道教、佛教和神道教，通常以七神同处一艘海船上的形象出现。人们相信，七福神能够为祈祷者带来好运。三瓶庄浴场另一个与众不同的特色在于，这里各浴池的水温不同。大部分日本温泉浴场都会将引入的源泉加热或冷却到40~45℃之间，而三瓶庄的部分浴池则直接使用本身温度偏低的源泉。因此，三瓶庄的浴客可尽情浸泡，不必担心过热晕眩。只是在寒冷的季节里，泉水温度也会随气温降低到与普通冷水相同的程度，但和一旁加热浴池交替浸泡的话，反而会有助于扩张毛细血管，更好地解除疲劳。

鹤之汤

鹤象征着长寿，这座以“鹤”命名的小型公共浴场自然也会让人联想到长寿与疗愈。鹤之汤是一个“钱汤”，也就是需要支付浴资的公共浴室，在家用卫浴设施普及之前十分常见。来这里沐浴很便宜，但需要自带毛巾和洗浴用品。场内男女更衣室分开，各自通往不同的浴池。鹤之汤没有淋浴，客人们都采用传统方式洗浴——用小盆舀水冲洗身体，然后再进入浴池泡澡。室外有两个免费足浴池，其中一个注满了加热过的三瓶温泉水，另一个池中则是引自另一眼气泡泉的冷泉。在两个池中交替泡脚，更能感受到水中气泡带来的轻爽刺激。

龟之汤

龟是长寿和智慧的象征，这个以“龟”命名的小型公共浴场，同样是供社区居民洗浴放松的“钱汤”。古色古香的正门分男女两个入口，隔壁被改成了泡澡后放松歇息的休息区，设有躺椅和一个免费图书馆，还有种着绣球花的小庭院可供观赏。无论“龟之汤”还是“鹤之汤”，浴场都会根据季节变化，适时在浴池中添加柚子或菖蒲叶等带有香气的植物。

※中国地方：日本本州西部地区名，包括鸟取、岛根、冈山、广岛、山口五县。

<繁体字>

三瓶温泉：學之湯

在三瓶山南側有一處泉眼，土黃色的溫泉以每分鐘3000公升的水量湧出，這便是三瓶溫泉，也是日本中國地方*出水量最大的溫泉。泉眼處的水溫約為36°C，等泉水注入三瓶山南側的志學溫泉各浴場時，溫度會再降低一些。這裡還有被譽為日本第一的星空，夜晚可以一邊泡著露天溫泉一邊眺望壯觀美景。

有關三瓶山溫泉的記錄最早可追溯到大約1000年前，但「三瓶溫泉」之名直到1957年才出現。在那之前，溫泉跟隨過去的町（街道）名，叫做「四岳溫泉」。而「四岳」，指的就是三瓶山的四座山峰。到18世紀晚期，當地名士今田知卿作為醫生前往京都實習歸來後，為了用自身對學習的熱愛激勵當地居民，使用「四岳」的諧音「志學」替代了前者。如今，每逢提到舊名「四岳溫泉」時，都會寫成「志學溫泉」，以表達「學之湯」的含義。

三瓶溫泉是氯化物溫泉，因含有氧化鐵成分而呈現出深褐色澤。這裡的溫泉水中富含不溶於水的金屬礦物微粒，水質顯得十分渾濁。這種微粒被稱為「湯之花」，類似天然浴鹽。事實上，「湯之花」的確常常被提煉出來作為沐浴產品。此外，三瓶溫泉水中還含有鈉、鉀、鎂、鈣等礦物元素，以美膚功效著稱，水中天然生成的少量氣泡也讓泉水有著輕微的泡騰感。

以下溫泉浴場均可體驗三瓶溫泉。

三瓶莊（さんべ荘）

這家老牌旅館的溫泉浴場向非住宿遊客開放。露天浴場分男湯和女湯，有標準的石頭公共大浴池和 14 個只能容納 1~2 人的各式小浴池，包括陶瓷浴池、檜木浴池、釜浴池、樽（木桶）浴池等。在七福神塑像的旁邊，還有一個大船形狀的浴池。七福神是七位神祇的合稱，分別出自印度教、道教、佛教和神道教，通常以七神同處一艘海船上的形象出現。人們相信，七福神能夠為祈禱者帶來好運。三瓶莊浴場另一個與眾不同的特色在於這裡各浴池的水溫並不相同。大部分日本溫泉浴場都會將引入的溫泉水加熱或冷卻到 40~45°C 之間，而三瓶莊的部分浴池的源泉溫度本身雖然較低，但並不刻意加熱，讓前來泡湯的遊客能夠盡情沐浴，不用擔心因為太熱而眩暈。在寒冷的季節裡，泉水溫度會隨氣溫降低到與普通冷水相同的程度，但和一旁加熱浴池交替浸泡的話，反倒有助於擴張毛細血管，更好地消除疲勞。

鶴之湯

鶴象徵著長壽，這座以「鶴」命名的小型公共浴場自然也會讓人聯想到長壽與療癒。鶴之湯是一個「錢湯」，也就是需要支付浴資的小型公共浴室，在家用衛浴設備普及之前十分常見。這裡沐浴很便宜，但需要自帶毛巾和洗浴用品。場內男女更衣室分開，各自通往不同的浴池。鶴之湯沒有淋浴設備，客人們都採用傳統方式洗浴——用小盆舀水沖洗身體，然後再進入浴池泡湯。室外有兩個免費足浴池，其中一個注滿了加熱過的三瓶溫泉水，另一個池中則是引自另一座氣泡泉的冷泉水。在兩個池中交替泡腳，更能感受到水中氣泡帶來的輕爽刺激。

龜之湯

龜是長壽和智慧的象徵，這個以「龜」命名的小型公共浴場同樣是常有社區居民來洗浴放鬆的「錢湯」。古色古香的正門分男女兩個入口，隔壁被改成了泡湯後放鬆休息的休息區，設有躺椅和一個免費圖書館，還有種著繡球花的小庭院可供觀賞。無論這裡還是鶴之湯，浴場都會根據季節變化，適時在浴池中添加柚子或菖蒲葉等有香氣的植物。

※中國地方：日本本州西部地區名，包括鳥取、島根、岡山、廣島、山口五縣。

<日本語仮訳>

三瓶温泉：学びの湯

三瓶温泉は、三瓶山の南側の源泉から黄土色の湯が毎分およそ 3,000 リットル湧き出る、中国地方※最大の湧出量を誇る温泉である。その湯は源泉ではおよそ 36°C だが、山の南側に位置する志学の浴場に流れ込む頃には、少し温度が下がっている。また、ここの星空は日本一の称号を持ち、夜になれば、露天風呂に浸かりながら壮大なパノラマビューも楽しめる。

三瓶山の温泉に関する最古の記録は約千年前に遡るが、「三瓶温泉」という呼び名が確立したのは、1957 年のことである。それ以前、この湯は、町のかつての名称を冠して「四岳温泉」と呼ばれていた。「四岳」は三瓶山の 4 つの頂きを指す。しかし 1700 年代後半に、医師としての修行を積むため

京都へ向かったこの地方の要人である今田知卿が、帰郷後に自身の学問への愛情で町民を元気づけたいと考え、町名の漢字を同音意義語である「志学」に変更した。現在、旧称を用いる場合は、「学びの湯」を意味する「志学温泉」と表記している。

三瓶温泉は、酸化鉄が生み出す深い赤みを帯びた色の塩化物泉である。「湯の花」と呼ばれる不溶性の鉱物の微粒子が、天然の入浴剤のように湯の中に懸濁しているため、三瓶温泉の湯は非常に濁っている。実際、湯の花の微粒子は、抽出され、市販されることも多い。三瓶の湯が含有する他の鉱物としては、ナトリウム、カリウム、マグネシウム、カルシウムがあり、美肌効果があるとされている。また、微量の天然ガスが含まれているため、やや発泡性がある。

三瓶温泉には、以下のような浴場がある。

さんべ荘

この由緒ある旅館は、日帰りで観光客が利用できるよう、浴場を開放している。男女別の露天風呂エリアには一般的な岩風呂の他、陶器風呂、檜風呂、釜風呂、樽（木製の桶）風呂をはじめとする、1～2人がやっと入れる程度の小さな風呂が14種類ある。七福神の像の近くには、大きな舟形の風呂もある。七福神は、ヒンドゥー教、道教、仏教、神道から取り入れられた神々で、願いを立てる者に幸運をもたらすと信じられ、船に乗った姿で描かれることが多い。さんべ荘の風呂のもう1つの特色は、温度差のある湯である。日本の入浴施設の多くは、源泉を40度台前半に加温／冷却しているが、さんべ荘にはぬるめの源泉の温度のままにしている風呂もあるため、のぼせることなく、思う存分つかることができる。寒い時期は、水のように冷たくなるが、温かい湯と交互に浸かると、末梢血管が開いて疲労回復効果が期待できる。

鶴の湯

鶴は長寿を象徴する鳥であり、「鶴の湯」という名の小さな共同浴場は長寿や治癒を連想させる。ここは、家庭に風呂が普及する以前によく見られた近所の小さな「銭湯」、つまり湯銭を取って入浴させる浴場である。料金は格安だが、タオルと入浴用品を持参しなければならない。男女別に脱衣所が設けられ、それぞれが浴場へとつながっている。シャワーヘッドは無いため、湯船に入る前に小さな桶に湯を汲み、体に浴びせて汚れを洗い流すという伝統的な方法で入浴する。外には無料の足湯が2つ置かれている。片方は加熱した三瓶温泉の湯で満たされ、もう片方は発泡性の湧水から来る冷水で満たされている。足を2つの湯に交互に入れることで、溶け込んだガスによるチクチク感が味わえる。

亀の湯

カメは長寿と知恵のシンボルである。このカメに因んだ名前がついている小さな銭湯式の共同浴場には、近隣住民もよく入浴に訪れる。浴場の古風で趣ある正面玄関に、男女別の入口が設けられている。隣の建物は入浴後にリラックスできる休憩場所になっており、ラウンジチェアや無料の図書館を備え、アジサイが植えられた小さな庭を眺めることもできる。亀の湯と鶴の湯では、柚子や菖蒲の葉など、香り高い季節の植物が湯船に入っていることもある。

※中国地方：鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県を含む、日本の本州西部を占める地域。

【タイトル】 三瓶そば：そばの元祖

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

三瓶荞麦面：荞麦面的起源

尽管日本料理中最常见的主食是米饭，但面条依然占据着重要的地位，特别是营养丰富的荞麦面，日语叫“soba”。在日本，几乎每个地区的荞麦面都有自己的特色，从汤底、蘸汁、浇头，到食用方法，各有不同，体现着各地区的口味偏好。

然而，说到三瓶的本地荞麦面，最值得关注并不是它的食用方式，而是荞麦的品种。和其他地方普遍种植的荞麦品种相比，这片土地培育的荞麦更接近野生品种。它已作为独特的地域品种登录于日本农林水产省的地理表示制度(GI)指标体系中。这也意味着，三瓶荞麦与该地区的风土文化息息相关。

和许多原生品种的植物一样，三瓶地区荞麦的籽实偏小，风味却比杂交品种更浓郁。因此，虽然难以实现高产，但它保留了更多荞麦独特的土香和味道。三瓶山脚的火山泥富含矿物质，秋天作物生长的时节又刚好夜凉日暖，人们认为正是这两大因素叠加，成就了本地荞麦面特有的甘甜风味。

过去，人们只在休耕的稻田或伐木后留下的空地上种植荞麦。在战后食物短缺的时代里，荞麦作为与稻米、黍子相类的粮食作物，其重要性展露无遗。如今只有少数农家还在种植荞麦，但三瓶的居民们依然会购买本地荞麦谷物，回家自己磨粉加工。这里家家都有自己世代相传的面条配方，从磨的粉是要粗一些还是细一些，到荞麦粉与小麦粉的配比都有讲究。

三瓶荞麦的另一个特点在于它们比常规品种更粘糯。大多数荞麦面都需要添加小麦粉作为粘合剂，以防面条煮烂。而用 100%三瓶荞麦制作的面条本身就能粘聚成型，因此可展现更纯粹的荞麦风味。在这里，荞麦面通常也切得更粗，吃的时候需要花些时间。按照本地人的说法，三瓶荞麦面就该慢嚼细品。

无论什么时候来到三瓶山脚下的大田市，品尝三瓶荞麦面都是不可错过的体验。千万要记得搭配本地山葵，它们同样是三瓶本地精心栽培的品种，富含维生素 C，还有抗菌的功效。如果正巧 9 月下旬来访，荞麦花成片开放的景象也会令人难忘。纤细柔软的白色花朵团团簇簇地盛开在三瓶山西麓的田地里，吸引摄影家们纷纷前来，捕捉这特定季节里转瞬即逝的山色美景。

<繁体字>

三瓶蕎麥麵：蕎麥麵的起源

儘管日本料理中最常見的主食是米飯，但麵條依然佔據著重要的地位，特別是營養豐富的蕎麥麵，日語叫「soba」。在日本，幾乎每個地區的蕎麥麵都有自己的特色，從湯底、蘸汁、配料，到食用方法，各有不同，體現著各地區的口味偏好。

然而，說到三瓶的當地蕎麥麵，最值得關注並不是它的食用方式，而是蕎麥的品種。和其他地方普遍種植的蕎麥品種相比，這裡培育的蕎麥更接近野生品種。它已作為特有的地域品種登錄於日本農林水產省的地理表示制度（GI）指標體系中。這也意味著，三瓶蕎麥與該地區的風土文化息息相關。

和許多原生品種的植物一樣，三瓶地區蕎麥的籽實偏小，風味卻比雜交種更濃郁。因此，雖然它們難以有較高的產量，但保留了更多蕎麥本身獨特的土香與味道。三瓶山腳的火山泥富含礦物質，秋天作物生長時節又剛好夜涼日暖，人們認為正是這兩大因素疊加，成就了當地蕎麥麵特有的甘甜風味。

過去，人們只在休耕的稻田或伐木後留下的空地上種植蕎麥。在戰後食物短缺的時代裡，蕎麥作為與稻米、黍米相類的糧食作物，其重要性展露無遺。如今只有少數農家還在種植蕎麥，但三瓶的居民們依然會購買當地蕎麥穀物，回家自己磨粉加工。這裡家家都有自己世代相傳的麵條配方，從磨的粉是要粗一些還是細一些，到蕎麥粉與小麥粉的配比都有講究。

三瓶蕎麥的另一個特點在於它們比常規品種更黏糯。大多數蕎麥麵都需要添加小麥粉作為黏合劑，讓麵條不容易煮爛。而用 100%三瓶蕎麥製作的麵條本身就能黏聚成型，因此可展現更純粹的蕎麥風味。在這裡，蕎麥麵通常也切得更粗，吃的時候需要花點時間。當地人這麼說：三瓶蕎麥麵就該慢嚼細品。

無論什麼時候來到三瓶山腳下的大田市，品嚐三瓶蕎麥麵都是不可錯過的體驗。千萬要記得搭配當地的山葵，它們同樣是三瓶當地精心栽培的品種，富含維生素 C，還有抗菌的功效。如果正巧 9 月下旬來訪，蕎麥花成片開放的景象也會令人難忘。纖細柔軟的白色花朵團團簇簇地盛開在三瓶山西麓的田地裡，吸引攝影家們紛紛前來，捕捉這特定季節裡轉瞬即逝的山色美景。

<日本語仮訳>

三瓶そば：そばの元祖

日本の料理で最も一般的なでんぷん質は米だが、麵類も重要な位置を占めており、中でもそばは栄養価の高い麵類として知られている。日本のほぼすべての地域に、出し汁、漬け汁、トッピング、あるいはその土地ならではの食べ方などに違いのある、独自のそばがある。

しかし、三瓶のそばの場合、最も注目すべき点は食べ方よりもその品種である。この土地で栽培されるそばは在来種であり、他の地域でよく栽培される種と比べると、野生の種に近いものである。このそばは、農林水産省の地理的表示制度（GI）で独自の地域品種として登録されており、同地域の風土や文化と密接に関係していることが保証されている。

多くの在来種と同様、三瓶そばの実と比較的小さいが、雑種のそばと比べて香りが強い。そのため生産量は少ないが、そば特有の土の香りと味わいがより残っている。三瓶山麓のミネラル分の豊富な火山性の土壌に、秋の生育期における日と夜の寒暖差が加わり、甘味の強いそばができると考えられている。

昔からそばは休耕田や伐採された土地で耕作されていた。米やキビと同様、戦後の食糧難の時代に、そばは主食として特に欠かせないものだった。現在そばを生産している農家はほんのわずかだが、三瓶の住民は今なお地元のそばの実を買って自宅で挽いており、粗挽きと細挽き、麺類を作る際のそば粉と小麦粉の割合などの各家庭のこだわりを、世代を超えて受け継いでいる。

三瓶そばのもう 1 つの特徴は、一般的な品種と比べて粘りが強いことである。普通のそばは、ゆでた時に麺のまとまりが良くなるよう、つなぎとして小麦粉を入れるが、三瓶の十割そばはそれ自体でまとまるため、そば本来の香りが残る。また、麺は太めに切っており、その分噛むのに時間がかかる。そのため地元の人々は、三瓶そばはじっくり時間をかけて味わうものだという。

季節に関わらず、三瓶山麓の大田市を訪れたら必ず三瓶そばは食べておきたい。三瓶そばを食べるなら、大切に育てられた三瓶産わさびも是非一緒にどうぞ。本わさびは抗菌作用があり、ビタミン C も含まれている。ちなみに、9 月下旬なら、三瓶そばの畑に花が咲き誇る、心に残る光景も楽しめるかもしれない。三瓶山の西麓に群生する繊細な白い花は、その季節ならではの山の景色を撮ろうとする写真家たちを魅了している。

【タイトル】 蒜山：大山隠岐の玄関口

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

蒜山：大山隠岐の门户

平缓的高地和大山·蒜山高原的著名山岳，迎接着光临大山隠岐国立公园的人们。这座景观丰富壮观的国家公园总面积达 694.1 平方公里，横跨岛根、冈山、鸟取三县。公园初建于 1936 年，原名“大山国立公园”，1963 年扩大范围，将岛根县的部分区域和蒜山高原纳入后改成了现在的名字。蒜山地区拥有丰富多样的生态系统资源，包括山林、清流和广阔的草地。两大地固有植物物种和许多濒危动植物都在这里安家，在公园的庇护下，它们为数甚少的种群数量才得以维持。本地人也早已在过去的许多个世纪里适应了环境，发展出与本地地貌景观密不可分的繁荣文化。

蒜山高原和被称为“蒜山三座”的三座山峰都属于中国山地*，这条山脉由山口县东部绵延至兵库县西部。和邻近的大山山脉一样，蒜山诸峰均形成于本地火山的反复喷发，熔岩和火山岩碎屑冷却后凝结为拱顶状，从而造就了形态各异的山峰。低海拔处的山坡上覆盖着天然栎木林和栗树林，其中间杂着日本柳杉和日本扁柏的人工林。随着海拔爬升，日本山毛榉、栎木及其他落叶阔叶林为珍稀的山地植物种群提供了庇护。本地人每年一度的烧山活动，有效地保护了山间辽阔的草地。这一古老传统维系着草地濒危物种赖以生存的栖息环境，也确保了传统手工艺所需植物原料的持续供应。

如今的蒜山高原是热门的度假休闲地，提供徒步、露营、骑行等多种户外活动项目。海拔 500~600 米间终年气温较低，即便在酷暑时节也不例外，是理想的夏季消暑胜地。凉爽的气候与黑色的火山土壤孕育出了好几种本地特色农产品，包括蓝莓、珍贵的酿酒葡萄，以及形状规整的白萝卜。此外，蒜山还以绵延起伏的牧场、泽西奶牛以及高品质的牛奶而声名远扬。

丰富的自然资源为许多本地产业提供了原材料，其中不乏本地独有的传统手工艺产业，比如乡原漆器。这种漆器所使用的原材料全都出自本地，无论是器具的木头胎心，还是上漆所用的生漆，都取自生长在蒜山的树木，就连最终成品的抛光打磨也少不了本地开采的硅藻土，这个富含二氧化硅的土层由一种名为“硅藻”的微型浮游藻类化石沉积而成。历史悠久的木材工业已经被注入了全新的现代工艺，比如正交胶合木工艺(CLT)。这种工艺依照木纹纤维垂直相交的原则，将裁切好的原木薄板层层叠加，最终粘合为大型木料板材。与传统标准木材相比，这种加工板材对生态环境更加友好，能更有效地利用森林资源，并且它的结构稳定性更强、耐热性更好，用途也更加广泛。

蒜山高原美丽而多样化的景色与本地文化深深地交织在一起。历史上，蒜山地区的乡村被高山隔绝，与沿海地区少有往来，因此保全了珍贵的本土非物质文化遗产。例如，一种名为“大宫踊”的本地舞蹈就被认为是 1000 多年前宫廷舞蹈的遗存。时至今日，大宫踊依然是本地夏日祭演出中的重要组成部分。

※中国山地：日本本州西部“中国地区”内的山脉。

<繁体字>

蒜山：大山隱岐的門戶

平緩的高地和大山·蒜山高原的著名山嶽，迎接著光臨大山隱岐國立公園的人們。這座景觀豐富壯觀的國家公園總面積達 694.1 平方公里，橫跨島根、岡山、鳥取三縣。公園初建於 1936 年，原名「大山國立公園」，1963 年擴大範圍，將島根縣的部分區域和蒜山高原納入後改成了現在的名字。蒜山地區擁有豐富多樣的生態系統資源，包括山林、清流和廣闊的草地。兩大當地原生植物物種和許多瀕危動植物都在這裡安家，在公園的庇護下，它們為數甚少的種群數量才得以維持。當地人也早已在過去的許多個世紀裡適應了環境，發展出與當地地貌風景密不可分的繁榮文化。

蒜山高原和被稱為「蒜山三座」的三座山峰都屬於中國山地^{*}，這條山脈由山口縣東部綿延至兵庫縣西部。和鄰近的大山山脈一樣，蒜山諸峰均形成於當地火山的反覆噴發，熔岩和火山岩碎屑冷卻後凝結為拱頂狀，從而造就了形態各異的山峰。低海拔處的山坡上覆蓋著天然橡木林和栗樹林，其中間雜著日本柳杉和日本扁柏的人工林。隨著海拔爬升，日本山毛櫸、橡木及其他落葉闊葉林為珍稀的山地植物種群提供了庇護。當地人每年一度的燒山活動，有效地保護了山間遼闊的草地。這一古老傳統維繫著草地瀕危物種賴以生存的棲息環境，也確保了傳統手工藝所需植物原料的持續供應。

如今的蒜山高原是熱門的度假休閒地，提供徒步、露營、騎行等多種戶外活動選擇。海拔 500~600 公尺間終年氣溫較低，即便在酷暑時節也不例外，是理想的夏季消暑勝地。涼爽的氣候與黑色的火山土壤孕育出了好幾種當地特色農產品，包括藍莓、珍貴的釀酒葡萄，以及外形整齊的白蘿蔔。此外，蒜山還以綿延起伏的牧場、澤西乳牛以及高品質的牛奶而聲名遠揚。

豐富的自然資源為許多當地產業提供了原材料，其中不乏當地獨有的傳統手工藝產業，如鄉原漆器。這種漆器所使用的原材料全都出自當地，無論是器具的木頭胎心，還是上漆所用的生漆，都取自生長在蒜山的樹木，就連最終成品的拋光打磨也少不了當地開採的矽藻土，這個富含二氧化矽的土層由一種名為「矽藻」的微型浮游藻類化石沉積而成。歷史悠久的木材工業已經被注入了全新的現代工藝，比如直交集成板材工藝（CLT）。這種工藝依照木紋纖維垂直相交的原則，將裁切好的原木薄板層層疊加，最終黏合為大型木料板材。與傳統標準木材相比，這種加工板材對生態環境更加友好，能更有效地利用森林資源，並且它的結構穩定性更強、耐熱性更好，用途也更加廣泛。

蒜山高原美麗而多樣化的景色與當地文化深深地交織在一起。歷史上，蒜山地區的鄉村被高山隔絕，與沿海地區少有往來，因此保全了珍貴的本土非物質文化財產。例如，一種名為「大宮躑」的當地舞蹈就被認為是 1000 多年前宮廷舞蹈的遺存。時至今日，大宮躑依然是當地夏日祭演出中相當重要的一部分。

※中國山地：日本本州西部「中國地區」內的山脈。

<日本語仮訳>

蒜山：大山隠岐の玄関口

なだらかに傾斜した高原地帯や大山・蒜山高原の名高い山々が、大山隠岐国立公園に訪れる観光客を迎え入れる。広大な景観が広がり、多様な表情を見せるこの国立公園は、島根、岡山、鳥取の3県にまたがり、総面積は694.1平方キロメートルにのぼる。大山隠岐国立公園は、1936年に「大山国立公園」の名称で開設された後、1963年に島根県の一部と蒜山高原まで拡張され、現在の名称に改められた。蒜山地方には、山林、清流、広大な草原といった、豊かな生態系が広がっている。2種類の固有植物種や、絶滅が危惧される多くの動植物が生息しており、同国立公園において、これらの種の限られた個体数を保持するための取り組みが実施されているおかげであると言える。この地方の人々は、何世紀もかけて環境に適応し、景観から切り離すことのできない豊かな文化を育んでいる。

蒜山高原と「蒜山三座」（蒜山の三峰）は、山口県東部から兵庫県西部まで広がる中国山地[※]の一部である。隣接する大山連峰と同じく、蒜山の山々は度重なる火山によって溶岩や噴火堆積物がドーム状に固まり、山頂が形成された。標高の低い場所では、山腹は樅や栗の自然林で覆われているが、スギやヒノキの植樹地も点在している。斜面をのぼると、ブナや樅などの落葉広葉樹が生え、山地に生育する希少な植物種の拠り所となっている。このエリア一帯では、毎年の野焼きにより草原が維持されている。古くから続くこの慣行により、絶滅危惧種の生息環境となる草原が保全され、伝統工芸品の材料となる植物の供給も安定的に確保することができる。

現在、蒜山高原はハイキングやキャンプ、サイクリングなどの野外活動を楽しめる保養地、行楽地として人気を博している。標高500～600メートルに位置するため、最も暑い夏の数か月でも気温が低く、夏に訪れるにはもってこいの場所である。冷涼な気候と黒い火山性の土壌は、ブルーベリー、珍しいワイン用ぶどう、均一な形の大根などの特産物を育てている。蒜山はまた、ゆるやかな起伏のある放牧地、ジャージー乳牛、そして、高品質の牛乳でも有名である。

豊富な天然資源は、多くの地場産業に原材料を供給している。これには、郷原漆器のような独自の伝統工芸品も含まれている。木地、漆など、郷原漆器の原材料はすべて蒜山産のものを用いており、最終製品も、地域で採掘された珪藻土で磨かれる。珪藻土は「珪藻」と呼ばれるごく小さい植物プランクトンの化石でできた、シリカを豊富に含む堆積物の層である。古くから続く木材産業は、複数のひき板を直交するように積み重ねて接着し、大きなパネル状にするCLTなど、現代の技術を取り入れて発展してきた。このパネルは、通常の木材と比較して構造的安定性、耐熱性、汎用性に優れており、森林資源の有効活用を可能にする環境にやさしい素材である。

蒜山高原地域の多様な表情を見せる美しい景観は、郷土の文化と深く結びついている。歴史的に蒜山の集落は、山によって沿岸地域から切り離されてきたが、そのおかげで無形文化財が保全されやすい環境となった。例えばこの地方の「大宮踊」は、千年以上昔の朝廷の踊りが起源とされ、現在も夏祭りの際に踊られている。

※中国山地：「中国地方」と呼ばれる日本の本州西部を占める地域内の山地。

【タイトル】 大山と蒜山の地形

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

大山与蒜山的地形

环绕蒜山高原的各山峰都属于自鸟取县的“大山”（1729 米）向东南延伸的成层火山群。大约在 100 万年前到 50 万年前之间，本地火山频繁喷发，形成了如今的蒜山诸峰，包括象山（1085 米）、拟宝珠山（1110 米）、二俣山（1083 米）、皆山（1159 米）以及被合称为“蒜山三座”的三座山峰：上蒜山（1202 米）、中蒜山（1123 米）、下蒜山（1100 米）。

蒜山的大部分山峰都形成于流动缓慢的粘稠熔岩流。和“大山”一样，蒜山诸峰的山体也大多由英安岩和安山岩构成，这类熔岩冷却硬化后生成的火山岩很容易被侵蚀。

蒜山三座的山脊线是冈山县与鸟取县之间的天然分界线。山脊线南侧海拔约 600 米处，陡峭的山坡变得平坦，铺展成一片宽广、平缓的区域，这就是“蒜山高原”。高原内有大片的草地，直到 20 世纪中叶，它们一直为本地居民提供饲养家畜的牧草、田地的肥料和修建房屋所需的茅草。如今，这些草地也是若干本地特有物种和濒危物种的珍贵栖息地。每年春天，人们遵照古老的传统，有规划地放火烧山，清除覆盖在地面的杂草。烧山能够促进野草生长，避免草地被树林侵占。

蒜山高原山坡以南有一个空旷开阔的冲积平原，名叫“蒜山盆地”。大约在 35 万年以前，这里发生了一次山崩，火山灰与火山碎屑落入河道，堵塞了水流。洪水将此地淹没，形成了一个巨大的堰塞湖。那时的水中生活着一种非常小的名叫“硅藻”的单细胞藻类，它们的“骨骼”成分是二氧化硅。硅藻死后，沉入湖底，日积月累，便渐渐形成了一层富含二氧化硅的沉积层，有些地方总厚度近 100 米。这种沉积土被称为“硅藻土”或“硅藻岩”，它们质量轻、研磨性好、质地多孔，因此被广泛应用于从啤酒过滤到炸药制造等多个领域。蒜山正是日本最重要的二氧化硅开采地之一。

“大山”的火山活动持续不断，火山碎屑最终填满了蒜山盆地湖泊的西半部。与此同时，湖泊东岸开始受到侵蚀，湖水渐渐向南汇入旭川水系。当湖水流尽，湖泊彻底干涸后，一个平坦的低地随之诞生，成为宜居之地，这就是今天的真庭市。

<繁体字>

大山與蒜山的地形

環繞蒜山高原的各山峰都屬於自鳥取縣的「大山」（1729 公尺）向東南延伸的成層火山群。大約在 100 萬年前到 50 萬年前之間，當地火山頻繁噴發，形成了如今的蒜山諸峰，

包括象山（1085 公尺）、擬寶珠山（1110 公尺）、二俣山（1083 公尺）、皆山（1159 公尺）以及被合稱為「蒜山三座」的三座山峰：上蒜山（1202 公尺）、中蒜山（1123 公尺）、下蒜山（1100 公尺）。

蒜山的大部分山峰都形成於流動緩慢的黏稠熔岩流。和「大山」一樣，蒜山諸峰的山體也大多由英安岩和安山岩構成，這類熔岩冷卻硬化後生成的火山岩很容易被侵蝕。

蒜山三座的山脊線是岡山縣與鳥取縣之間的天然分界線。山脊線南側海拔約 600 公尺處，陡峭的山坡變得平坦，鋪展成一片寬廣、平緩的區域，這就是「蒜山高原」。高原內有大片的草地，直到 20 世紀中葉，它們一直為當地居民提供飼餵家畜的牧草、田地的肥料和修建房屋所需的茅草。如今，這些草地也是若干當地特有物種和瀕危物種的珍貴棲息地。每年春天，人們遵照古老的傳統，有計劃地放火燒山，清除覆蓋在地面的雜草。燒山能夠促進野草生長，避免草地被樹林侵佔。

蒜山高原山坡以南有一個空曠開闊的沖積平原，名叫「蒜山盆地」。大約在 35 萬年以前，這裡發生了一次山崩，火山灰與火山碎片落入河道，堵塞了水流。洪水將此地淹沒，形成了一個巨大的堰塞湖。那時的水中生活著一種非常小的名叫「矽藻」的單細胞藻類，它們的「骨骼」成分是二氧化矽。矽藻死後，沉入湖底，日積月累，便漸漸形成了一層富含二氧化矽的沉積層，有些地方總厚度近 100 公尺。這種沉積土被稱為「矽藻土」或「矽藻岩」，它們重量輕、研磨性好、質地多孔，因此被廣泛使用在從啤酒過濾到炸藥製造等多個領域。蒜山正是日本最重要的二氧化矽開採地之一。

「大山」的火山活動持續不斷，火山碎屑最終填滿了蒜山盆地湖泊的西半部。與此同時，湖泊東岸開始受到侵蝕，湖水漸漸向南匯入旭川水系。當湖水流盡，湖泊徹底乾涸後，一個平坦的低地隨之誕生，成為了宜居之地，這就是今天的真庭市。

<日本語仮訳>

大山と蒜山の地形

蒜山高原を囲む山々は、鳥取県の大山（1,729m）から南東に延びる成層火山群の一部である。100 万年前から 50 万年前にかけて繰り返し噴火が起きたことで、蒜山の象山（1,085m）、擬宝珠山（1,110m）、二俣山（1,083m）、皆ヶ山（1,159m）、そしてまとめて「蒜山三座」（蒜山の三峰）と呼ばれる上蒜山（1,202m）、中蒜山（1,123m）、下蒜山（1,100m）が形成された。

蒜山の山々の多くは、ゆっくりと動く粘着性の高い溶岩流によって形成された。大山と同じく、主に溶岩が固まってできた浸食されやすい火山岩であるデイサイトと安山岩で構成されている。

蒜山三座の稜線は、岡山県と鳥取県の県境となっている。この南側の標高およそ 600 メートルの地点で急勾配の斜面が平らになり、広くなだらかに傾斜した裾野、つまり蒜山高原を形成する。この地域には、20 世紀半ばまでこの地に暮らす人々の家畜の飼料、田畑の肥料、住居の屋根ふき材料の供給元となっていた広大な草原が広がっている。また、今日では、この草原は、複数の固有種と絶

滅危惧種にとって重要な生息環境として認知されている。毎年春には、古くから伝わる山焼きを行い、下草を一掃する。この山焼きが、野草の発芽を促進し、森林に戻るのを防いでいる。

傾斜した高原の南には、「蒜山盆地」として知られる広大な沖積平野が広がっている。およそ 35 万年前、火山灰と堆積物が雪崩のごとく川に流れ込み、せき止めた。一帯は冠水し、巨大な湖が出現した。当時、水中には「珪藻」と呼ばれる非常に小さな単細胞性の藻類が生育していた。この藻類の骨格は、シリカ（ケイ素の一種）から作られていた。死んだ珪藻は湖の底に漂い、豊富なシリカを含む堆積物の層を形成し、場所によってはその層の厚みは 100 メートル近くにもなる。「珪藻土」あるいは「珪藻岩」と呼ばれるこの堆積物は、軽量で研磨性があり多孔質なため、ビールのろ過からダイナマイトの製造まで、様々な用途に利用できる。蒜山は、日本の有数のシリカ採掘地である。

大山の火山活動は継続し、やがて蒜山盆地の湖の西側を噴火堆積物で埋め尽くした。同時に、湖の東岸は浸食され始め、南方向の旭川水系に流れ込むようになった。湖が完全に干上がると低い平地が新たに出現し、居住に最適な土地となった。この場所が現在の真庭市である。

【タイトル】 蒜山高原の魅力

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

蒜山高原の魅力

蒜山高原位于冈山县北部延绵起伏的高地上，是日本境内最受自然风光爱好者欢迎的度假胜地之一。

蒜山高原的海拔在500~600米之间，夏季气温宜人，是徒步、骑行或尝试其他户外活动的理想去处。这里的登山道视野开阔，行走其间，可将大山隠岐国立公园南侧美景尽收眼底，还能清楚地看到位于北侧的中国地方*最高峰“大山”。蒜山漫山遍野的栎木和其他阔叶林为诸如蛇之岬（音“盖”）湿地等孤立的小生态系统提供了庇护。令人一见难忘的“蒜山三座”（上蒜山、中蒜山和下蒜山）之间有山道相连，山道自开阔的林间穿过。春季到初夏是片栗花（猪牙花）和日本百合的花期，片栗花属于百合科植物，球根富含淀粉，过去人们曾将它用来提取日本料理中常用的增稠剂“片栗粉”。但由于片栗花已被列入濒危物种名录，片栗粉的原料才渐渐被如今更常见的土豆淀粉取代。夏末，山上的日本蓝盆花竞相开放。到了秋天，登上山顶远眺，景色尤其动人。

前往中蒜山的登山道起点附近新建了一处露营地，名叫“蒜山盐釜露营村”(Hiruzen Shiogama Camping Village)。从草地帐篷到悬挂在树上的豪华露营舱，营地提供各类舒适的户外设施。营地商店内出租露营者需要的一切用具，睡袋、炊具，乃至孩子使用的草地玩具应有尽有。来访者可以坐在篝火旁放松心情，也可以挑战树梢障碍步道，或走完全程2.7公里的登山路线登顶中蒜山。

蒜山高原也是骑行的好地方。将近30公里的骑行道环绕着蒜山盆地，沿途可以欣赏到周围的山脉和农田组成的全景画面。骑行道路既有自行车专用道，也有交通量较少的本地街道，全程设有众多可遮荫的休息区和公共卫生间，十分适合家庭及休闲骑行者。天气晴朗时，尝试溯溪（沿着多石山溪的河床行走）和骑马也是不错的选择。在冬季到来的旅行者还可以体验双板滑雪、单板滑雪，甚至雪鞋徒步。

蒜山是日本最大的泽西奶牛繁育区，以奶制品闻名。为了充分利用不适合农耕的半天然草地，蒜山于1954年首次从新西兰引进泽西奶牛品种。从此以后，泽西乳制品便成为了本地的主要产业，奶酪、牛奶、软冰淇淋、酸奶以及其他乳类食品在本地区均有生产、销售。来访者可以在农业主题公园“蒜山泽西牧场”(Hiruzen Jersey Land)内体验挤奶和奶酪制作。此外，7月下旬至8月上旬，有约8万株向日葵在农场内的“向日葵田”间竞相怒放。在另一处热门景点“蒜山香草园”(Hiruzen Herb Garden Herbill)里，来访者可置身广阔田园间享用餐饮或下午茶，茶点搭配有本地乳制品厂新鲜出品的凝脂奶油。田园里种植的各类香草

多达 250 种，7、8 月间还能看到 2 万株薰衣草的花海。这里是日本西部最大的薰衣草田，花季提供薰衣草采摘体验活动。

在日本，没有温泉的度假地是不完整的。蒜山的温泉最适合舒缓一天户外活动后的疲劳。一些传统旅馆的温泉浴场也向不过夜的游客开放。蒜山八冢温泉快汤馆是一处公共浴场，入浴者可以在户外的天然石浴池里欣赏蒜山美景。

※中国地方：日本本州西部地区名，包括鸟取、岛根、冈山、广岛、山口五县。

<繁体字>

蒜山高原的魅力

蒜山高原位于岡山縣北部延綿起伏的高地上，它是日本境內最適合自然風光愛好者的旅行勝地之一。

蒜山高原的海拔在 500~600 公尺之間，夏季氣溫宜人，是徒步、騎行或嘗試其他戶外活動的理想去處。這裡的登山道視野開闊，行走其間，可將大山隱岐國立公園南側美景盡收眼底，還能清楚地看到位於北側的中國地方*最高峰「大山」。蒜山漫山遍野的橡木和其他闊葉林為諸如蛇之岬（音「蓋」）濕地等孤立的小生態系統提供了庇護。令人一見難忘的「蒜山三座」（上蒜山、中蒜山和下蒜山）之間有山道相連，山道自開闊的林間穿過。春季到初夏是片栗花（豬牙花）和日本百合的花期。片栗花屬於百合科植物，球根富含澱粉，過去人們從中提取日本料理中常用的增稠劑「片栗粉」。只是由於片栗花已被列入瀕危物種名錄，片栗粉的材料才漸漸被如今更常見的土豆澱粉取代。夏末，山上的日本藍盆花競相開放。到了秋天，登上山頂遠眺，景色尤其動人。

前往中蒜山的登山道起點附近新建了一處露營地，名叫「蒜山鹽釜露營村」（Hiruzen Shiogama Camping Village）。從草地帳篷到懸掛在樹上的豪華露營艙，營地提供各類舒適的戶外設備。露營者需要的一切用具都可以在營地商店內租到，睡袋、炊具，乃至孩子的草地玩具應有盡有。遊客可以坐在營火旁放鬆心情，也可以挑戰樹梢障礙步道，或完成全程 2.7 公里的登山路線，登頂中蒜山。

蒜山高原也是騎行的好地方。將近 30 公里的單車路線環繞著蒜山盆地，沿途有高山與農田的全景相伴。單車路線包括自行車專用道和交通量較小的當地街道，全程設有許多可遮蔭的休息區和公共廁所，十分適合家庭及單車騎士。天氣晴朗時，嘗試溯溪（沿著多石山溪的河床行走）和騎馬也是不錯的選擇。在冬季到來的旅行者還可以體驗單板滑雪、雙板滑雪，甚至雪鞋徒步。

蒜山是日本最大的澤西乳牛養殖區，以乳製品聞名。為了充分利用不適合農耕的半天然草地，蒜山於 1954 年首次從紐西蘭引進澤西乳牛品種。從此以後，澤西乳製品便成為了當地的主要產業，起司、牛奶、霜淇淋、優酪乳以及其他乳類食品在這裡生產、銷售。遊客可以在農業主題公園「蒜山澤西牧場」（Hiruzen Jersey Land）內體驗擠奶和起司製作。此外，7 月下旬至 8 月上旬有約 8 萬株向日葵在農場內的「向日葵田」間盛放。在另一處

熱門景點「蒜山香草園」（Hiruzen Herb Garden Herbill）裡，遊客可置身廣闊田園間享用餐點或下午茶，茶點搭配當地乳製品廠新鮮出品的凝脂奶油。田園裡種植著各類香草，多達 250 種，7、8 月間還能看到 2 萬株薰衣草的花海。這裡是日本西部最大的薰衣草田，花季可以體驗採摘薰衣草。

在日本，沒有溫泉的度假地是不完整的。蒜山的溫泉最適合舒緩一天戶外活動後的疲勞。一些傳統旅館的溫泉浴場也向非房客的遊客開放。蒜山八塚溫泉快湯館是公共浴場，入浴者可以在戶外的天然石浴池裡欣賞蒜山美景。

※中國地方：日本本州西部地區名，包括鳥取、島根、岡山、廣島、山口五縣。

<日本語仮訳>

蒜山高原の魅力

岡山県北部の起伏のある高地に位置する蒜山高原は、日本有数のリゾート地として、自然を愛する人々に親しまれている。

蒜山高原の標高は 500～600 メートルで、夏はハイキング、サイクリングなどの野外活動にふさわしい快適な気温に恵まれる。このエリアの登山道からは、大山隠岐国立公園の南側を広く見渡すことができ、北の方角には中国地方※の最高峰である大山がよく見える。蒜山の斜面は檜などの広葉樹で覆われており、蛇ヶ峠湿原など離れたところにある生態系も保護している。印象的な蒜山三座（上蒜山、中蒜山、下蒜山）を結ぶ登山道が広々とした林の中を通り抜け、春や初夏にはカタクリとササユリの花が見頃を迎える。デンプンを含むユリ科のカタクリの球根は、かつては日本の料理で使うとろみの素である片栗粉を製造するために収穫されていた。しかし、カタクリは現在絶滅危惧種に指定されているため、今日よく使用されるデンプンはジャガイモ由来のものである。また、夏の終わりにはマツムシソウの花が咲き、秋に山頂から見る風景は、ひときわ見事である。

中蒜山の登山口の近くには、「ひるぜん塩釜キャンプヴィレッジ」と呼ばれるキャンプ場が新たに設けられている。このキャンプ場には、芝生のテントサイトから、木々に繋がれた豪華なグランピング設備まで、快適な野外宿泊設備が整っている。サイト内にあるショップでは、寝袋から調理器具まで、キャンパーなら揃えておきたいあらゆる必需品や、子どもが芝生で遊べるおもちゃがレンタルできる。キャンプファイアーの傍でくつろいだり、木の上のアスレチックコースに挑戦したり、中蒜山の山頂まで 2.7 キロメートルの登山にチャレンジすることもできる。

蒜山高原はサイクリングにも最適で、蒜山盆地を一周する約 30 キロのサイクリングロードからは、周囲の山々や農地が広がるパノラマビューを楽しめる。自転車専用道と、交通量の少ない一般道路があり、日陰で休める休憩場所や公衆トイレがいくつも設置されているため、家族連れや気楽にサイクリングを楽しみたい人にも最適である。蒜山地域ではこの他にも、天候が良い日にリバートレッキング（岩場の溪流の川床を歩く）や、乗馬を楽しむことができる。また、冬になると、スキーやスノーボード、さらにはスノーシューにも挑戦できる。

蒜山は、日本最大のジャージー乳牛の繁殖地として、その乳製品で良く知られている。ジャージー牛は、農業には適さない半自然の草地を活用すべく、1954 年に初めてニュージーランドから輸入され

た。以来ジャージー製品は主要な地場産業となり、チーズ、ミルク、ソフトクリーム、ヨーグルトなどの乳食品はすべて、この地で生産、販売されている。「ひるぜんジャージーランド」という農業のテーマパークでは、牛の乳しぼりやチーズ作りに挑戦することもできる。また、農場内にある「ひまわり畑」には、7月下旬から8月上旬にかけて約8万本のひまわりが咲き誇る。さらに、蒜山のもう一つの名所、「蒜山ハーブガーデンハービル」。広大な敷地内で、地場の乳製品で作った新鮮なクロテッドクリームがついてくるアフタヌーンティーやディナーを堪能できる。園内には、250種のハーブが植えられ、7～8月にかけて2万本のラベンダーが咲き誇る。また、ここは西日本最大級のラベンダー畑で、シーズン中には、ラベンダーの摘み取り体験もできる。

日本のリゾート地には温泉が付きものだが、特に蒜山のお湯は歩き回った一日の疲れを癒してくれる。昔ながらの旅館のお風呂は日帰り入浴が可能なところもあり、公共浴場である蒜山やつか温泉快湯館では、天然石の露天風呂から蒜山の風景を楽しむことができる。

※中国地方：鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県を含む、日本の本州西部を占める地域。

【タイトル】 蒜山の野生動植物

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

蒜山の野生動植物

作为大山隠岐国立公園的一部分，蒜山高原在维系本地众多动植物的健康生态圈方面扮演着重要的角色。

这里拥有一些本地独有的物种或品种，在全球其他地方都见不到。这类物种通常都会被冠以地名，例如蒜山梅花藻(*Ranunculus nipponicus* var. *okayamensis*)，一种开花的水草，生长在过去为蒜山农民的耕地及日常生活供水的灌溉渠中。同样的还有蒜山苔草(*Carex aphyllopus* var. *impura*)，一种莎草科植物，1930年才第一次被采集到。“蒜山三座”的三个山头上都能见到它的身影，但中蒜山上数量最多。

在蒜山高原能找到许多有灭绝的危险，或濒临灭绝危机状态的物种。本地最有名的濒危物种之一，就是有着长触角的日本多节天牛(*Agapanthia japonica*)。这种天牛体长只有15~17毫米，以细长的黑色身体、泛紫的金属光泽和生有簇毛的触角而引人注目。它们一度遍布日本中部，甚至出现在北海道，但随着草地栖息地遭到破坏而数量锐减，如今推测它们只生存在冈山县和长野县，而确定的栖息地也只有蒜山。日本环境省已经将它列为极危物种(CR)，这意味着它们在野外环境中面临着极高的灭绝风险。

蒜山高原是这些天牛的重要基地，因为它们的生存繁衍与一种名叫金针菜(*Hemerocallis citrina*)的开花植物密切相关，而这种植物只能生长在湿润的草地上。日本多节天牛的成虫以金针菜为食，虫卵也是产在它们的茎干中。幼虫躲在这种植物内部越冬，依赖它们的养分成长，直到来年6月或7月孵化。若是没有了蒜山这样成规模生长的金针菜，便相当于失去了这类天牛整个物种赖以生存的家園。

此外，蒜山地区的淡水珍珠贝(*Margaritifera laevis*)是全球最濒危的淡水双壳类物种之一。这类淡水贝在整个水生生态系统中至关重要，因为它们能够过滤悬浮微粒，释放营养物质，并搅动水中的沉积物使之混合。最近几十年来，受到人类活动和栖息地减少的影响，淡水双壳贝类总量全球性急剧下降。淡水珍珠贝生存在浅水河中，要求水流平缓，水温最高介于18°C~20°C。蒜山的天谷川和小原川恰好提供了完全符合要求的环境。这两条河流中还生活着大量的石川樱鳟(*Oncorhynchus masou ishikawae*)，而珍珠贝的幼体正是寄生在它们的鱼鳃中。大约2个月后，幼体成长为稚贝，脱落并钻进河床的沉积物中生活。

本地区的另一珍贵物种是日本虎凤蝶(*Luehdorfia japonica*)，这是一种黄白虎斑条纹的蝴蝶，后翅上有明显的红色和蓝色斑点。它们每年只在4月前后出现，因此获得了“春之女

神”的美称。日本环境省将它指定为易危物种(VU)，意味着它们在野外环境中存在种群灭绝的危险。

最适宜日本虎凤蝶的生存环境是林下植被稀疏的阔叶落叶林。由于日本多山，缺少开阔平地，人们自古便在山谷居住，并学会了开垦附近的山麓用于农耕。这些经过开垦的土地和森林被称为“里山”。村民因烧炭所需定期砍伐村镇外的林地，然后任之再重新生长。覆盖在林地表面的树叶、落枝和矮小的灌木则被收集起来，用作燃料和肥料。简而言之，正是里山的人类活动，创造了适合日本虎凤蝶生活的完美环境。

进入现代社会后，日本面临人口老龄化问题，年轻人也更青睐城市而非乡村生活，里山式的土地使用方式因此越来越稀少。如果不定期管理，里山环境就会重新回归天然林地。这将导致许多原来的草地和伐木林面积不断减少，而依赖它们生存的物种也会因此逐渐丧失栖息地。日本虎凤蝶在全国的分布范围越来越窄，这在蒜山地区也不例外。所幸到目前为止，蒜山依然延续着传统的里山，本地居民照常维护伐木林，所以人们还能在林间见到“春之女神”翩然起舞。

<繁体字>

蒜山的野生动植物

作为大山隐岐国立公园的一部分，蒜山高原在维系当地众多动植物的健康生态系统方面扮演著重要的角色。

这里拥有一些当地独有的物种或品种，在全球其他地方都见不到。这类物种通常都会被冠以地名，例如蒜山梅花藻 (*Ranunculus nipponicus* var. *okayamensis*)，一种开花的水草，生长在过去为蒜山农民的耕地及日常生活供水的灌溉渠中。同样的还有蒜山苔草 (*Carex aphyllopus* var. *impura*)，一种莎草科植物，1930年才第一次被采集到。「蒜山三座」的三个山头上都能见到它的身影，但中蒜山上数量最多。

在蒜山高原能找到许多有灭绝的危险，或濒临灭绝危机状态的物种。当地最有名的濒危物种之一，就是有著长觸角的日本多節天牛 (*Agapanthia japonica*)。这种天牛體長只有15~17公釐，以細長的黑色身體、泛紫的金屬光澤和生有簇毛的觸角而引人注目。牠們一度遍佈日本中部，甚至出現在北海道，但隨著草地棲息地遭到破壞而數量銳減，如今推測牠們只生存在岡山縣和長野縣，而確定的棲息地也只有蒜山。日本環境省已經將牠列為極危物種 (CR)，這意味著牠們在野外環境中面臨著極高的滅絕風險。

蒜山高原是這些天牛的重要基地，因為牠們的生存繁衍與一種名叫金針菜 (*Hemerocallis citrina*) 的開花植物密切相關，而這種植物只能生長在濕潤的草地上。日本多節天牛的成蟲以金針菜為食，蟲卵也是產在金針菜的莖幹中。幼蟲躲在這種植物內部越冬，依賴其養分成長，直到來年6月或7月孵化。若是沒有了蒜山這樣成規模生長的金針菜，便相當於失去了這類天牛整個物種賴以生存的家園。

此外，蒜山地區的淡水珍珠貝 (*Margaritifera laevis*) 是全球最瀕危的淡水雙殼類物種之一。這類淡水貝在整個水生生態系統中至關重要，因為牠們能夠過濾懸浮微粒，釋放營

養物質，並攪動水中的沉積物使之混合。最近幾十年來，受到人類活動和棲息地減少的影響，淡水雙殼貝類總量全球性急劇遽下降。淡水珍珠貝生存在淺水河中，要求水流平緩，水溫最高介於 18°C~20°C。蒜山的天谷川和小原川恰好提供了完全符合要求的環境。這兩條河流中還生活著大量的石川櫻鱒（*Oncorhynchus masou ishikawae*），而珍珠貝的幼體正是寄生在牠們的魚鰓中，需要寄居 2 個月左右才會成長為稚貝，脫落並鑽進河床的沉積物中生活。

當地的另一珍貴物種是日本虎鳳蝶（*Luehdorfia japonica*），這是一種黃白虎斑條紋的蝴蝶，後翅上有明顯的紅色和藍色斑點。牠們每年只在 4 月前後出現，因此獲得了「春之女神」的美稱。日本環境省將牠指定為易危物種（VU），意味著牠們在野外環境中存在種群滅絕的危險。

最適宜日本虎鳳蝶的生存環境是林下植被稀疏的闊葉落葉林。由於日本多山，缺少開闊平地，人們自古便在山谷居住，並學會了開墾附近的山麓用於農耕。這些經過開墾的土地和森林被稱為「里山」。村民因燒炭所需定期砍伐村鎮外的林地，然後任之再重新生長。覆蓋在林地表面的樹葉、落枝和矮小的灌木則被收集起來，用作燃料和肥料。簡而言之，正是里山的人類活動，創造了適合日本虎鳳蝶生活的完美環境。

進入現代社會後，日本面臨人口老齡化問題，年輕人也更青睞城市而非鄉村生活，里山式的土地使用方式因此越來越稀少。如果不定期管理，里山環境就會重新回歸天然林地。其結果是許多從前的草地和伐木林面積不斷減少，依賴它們生存的物種因此也會逐漸喪失棲息地。日本虎鳳蝶在全國的分佈範圍越來越窄，這在蒜山地區也不例外。所幸到目前為止，蒜山依然延續著傳統的里山，當地居民照常維護伐木林，所以人們還能在林間見到「春之女神」翩然起舞。

<日本語仮訳>

蒜山の野生動植物

大山隠岐国立公園の一部である蒜山高原は、多くの動植物の健全な生育のための生物圏を維持するうえで、重要な役割を果たしている。

ここで見られる種の中には、世界中でここにしか見られないものもある。蒜山の固有種には、しばしば、ヒルゼンバイカモ（蒜山梅花藻、学名：Ranunculus nipponicus var. okayamensis）のように、この地にちなんだ名前がつけられている。ヒルゼンバイカモは、かつて蒜山地域の農民に農業用水や生活用水を供給していた小さな用水路に生育する、花をつける水草である。もう一つはヒルゼンスゲ（学名：Carex aphyllopus var. impura）という、1930年に初めて採取されたスゲの一種である。ヒルゼンスゲは蒜山三座すべてに生育しているが、中蒜山に最も多く見られる。

蒜山高原には、絶滅の恐れがある、あるいは絶滅の危機に瀕した数多くの種が生息している。この地に生息する最も有名な絶滅危惧種の一つは、フサヒゲルリカミキリ（学名：Agapanthia japonica）という長い角が生えた小さなカミキリムシである。体長 15~17 ミリのこのカミキリムシは、黒色の細長い体、金属のような紫の光沢、房状の触角で知られる。フサヒゲルリカミキリはかつて中部地方や北海道まで分布していたが、生息環境である草原が縮小したことで数が減少した。現在は岡

山県と長野県のみで生息するとされているが、確実なのは蒜山のみである。環境省は、この種を野生環境において極めて高い絶滅のリスクに晒されていることを示す、絶滅危惧（CR）に指定した。

フサヒゲルリカミキリの成長過程には、湿潤な草原のみで育つユウスゲ（学名：Hemerocallis citrina）と呼ばれる草花が欠かせないため、蒜山高原はこのカミキリムシにとって重要な生息環境である。フサヒゲルリカミキリの成虫はユウスゲを餌にし、その莖に産卵する。幼虫は、ユウスゲの中で冬を越し、成長するとこれを餌にし、6～7月にふ化する。蒜山のユウスゲの数がゼロになれば、この種は事実上、住みかを失うことになる。

世界で最も絶滅が危ぶまれる淡水二枚貝の1つが、蒜山に生息する真珠貝の一種、カワシヅユガイ（学名：Margaritifera laevis）である。淡水二枚貝は、粒状物質のろ過、養分の放出、堆積物の混合など、水圏生態系で重要な役目を果たしている。淡水二枚貝の数は、人間の活動や生息環境の縮小により、世界全体でここ数十年の間に劇的に減少した。カワシヅユガイは生息環境として、摂氏18℃～20℃を上回らない、ゆったりと流れる浅い川を必要とする。蒜山では、天谷川と小原川がまさにこのような環境を提供している。これらの川にはアマゴ（学名：Oncorhynchus masou ishikawae）も数多く生息しており、カワシヅユガイの幼生は稚貝となって川床の堆積物に落下するまでのおよそ2カ月の間、アマゴのえらの中で成長する。

この地に生息するその他の希少な種として、後翅に赤と青の独特の斑紋があり、白と黄の虎のような縞模様をしたギフチョウ（学名：Luehdorfia japonica）が挙げられる。1年に1度、4月頃にしか姿を現さないため、「春の女神」の異名を持つ。環境省は、ギフチョウを野生環境で絶滅する恐れがある絶滅危惧（VU）に指定している。

ギフチョウは、下草が少ない落葉広葉樹林に生息する。山の多い日本では、平らな開けた土地が不足していたため、昔から人々は山間の谷に定住し、山裾で耕作をしていた。収穫された田畑や森林は、里山と称された。町の外側にある林は木炭にするために定期的に伐採され、再び生育させていた。林床にたまった葉や、折れた枝、雑木の柴は、集めて燃料や肥料とされていた。里山は、ギフチョウにとってこの上なく素晴らしい環境だったのである。

現代の日本では、高齢化が進み、若者は田舎よりも都会で暮らすようになったため、里山的な土地活用は希少になりつつある。定期的に維持管理を行わないと、里山の環境は元の天然林に戻ってしまう。すると、そこにあった草原や雑木林の多くは失われ、これらを必要とする種にとっては、生息環境が縮小することになる。全国的に、ギフチョウの生息域は縮小している。蒜山でも同様の傾向が見られるが、今のところ里山は存続され、「春の女神」が舞う雑木林は地元住民によって維持されている。

【タイトル】 伝統の山焼き

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

烧山的传统

春天到了，火光映红了蒜山高原的山坡。不用惊慌，这并不是肆虐的野火，而是为了维持草地的生物多样性和地区生活方式而在人为管控下进行的烧山。

半天然草地是人与自然达成的一套平衡互利生态系统。放牧、刈草（刈音“义”）等人类活动有助于防止草地森林化、维护适宜动植物生存的生态圈。然而，全球的畜牧业大都正渐渐远离天然牧场，许多曾经的草场都变成了耕地，半天然草地的总量也日益减少。目前，日本的草地面积仅占陆地面积的 1%，这个数字只有 1960 年的三分之一，保护草地迫在眉睫。

在蒜山，这种人为管控焚烧山野的习俗被称为“山烧”(yamayaki)，已延续了大约 800 年之久，本地的半天然草地因此得到保护，桔梗(Platycodon grandiflorus)、樱草(Primula sieboldii)等诸多已陷入野外濒危境地的物种也得以生存。这样小规模有序的烧山紧接在春天化冻后进行，因此不会像森林火灾那样导致地表下的温度过高。这使草地植物的根和种子都得以保留，并很快在清除了地表植被和树苗的空旷草地上恢复勃勃生机。烧黑的地表还能吸收更多阳光，提升土壤温度，加速花草发芽，从而延长它们的生长期。

烧山的传统与蒜山的日常生活密切相关。过去，草地便是放养牛马的牧场，割下的草则是铺设屋顶的材料和农耕必需的肥料。此外，草也是制作“雪围”的材料，这是一种用干草和木板编结成的篱笆，用于防止因积雪过重而挤垮民居。蒜山的草地被视为一种社会公共资源，始终处于有系统的管理之下，因此，本地居民每年春天都会齐心协力，共同完成草地的维护与保护。虽然烧山对于本地居民的生活已经不再如从前那样重要，但志愿者们依然坚持这个习惯，他们既是为了传承珍贵的传统风俗，也是为了保护当地脆弱而独特的生态系统。烧山通常在每年 3 月下旬或 4 月上旬进行，具体时间根据每年天气而定。这项活动作为蒜山文化的重要组成部分，欢迎来访者一起参与。

<繁体字>

燒山的傳統

春天到了，火光映紅了蒜山高原的山坡。不用驚慌，這並不是肆虐的野火，而是為了維持草地的生物多樣性和地區生活方式而在人為管控下進行的燒山。

半天然草地是人與自然達成的一套平衡互利生態系統。放牧、刈草（刈音「義」）等人類活動有助於防止草地森林化、維護適宜草地動植物生存的生態系統。然而，全球的畜牧業大都正漸漸遠離天然牧場，許多曾經的草場都變成了耕地，半天然草地的總量也日益減少。目前，日本的草地面積僅占陸地面積的 1%，這個數字只有 1960 年的三分之一，草地的保護迫在眉睫。

在蒜山，這種人為管控焚燒山野的習俗被稱為「山焼」（yamayaki），已延續了大約 800 年之久，當地的半天然草地因此得到保護，桔梗（*Platycodon grandiflorus*）、櫻草（*Primula sieboldii*）等諸多已陷入野外瀕危境地的物種也得以生存。這樣小規模有序的燒山緊接在春天化凍後進行，因此不會像森林火災那樣導致地表下的溫度過高。這使草地植物的根和種子都得以保留，並很快在清除了地表植被和樹苗的空曠草地上恢復勃勃生機。燒黑的地表還能吸收更多陽光，提升土壤溫度，加速花草發芽，從而延長它們的生長期。

燒山的傳統與蒜山的日常生活密切相關。過去，草地便是放養牛馬的牧場，割下的草則是鋪設屋頂的材料和農耕必需的肥料。此外，草也是製作「雪圍」的材料，這是一種用乾草和木板編結成的籬笆，用於防止因積雪過重而擠垮民居。蒜山的草地被視為一種社會公共資源，始終處於有意識的管理之下，因此，當地居民每年春天都會齊心協力，共同完成草地的維護與保護。雖然燒山對於當地居民的生活已經不再如從前那樣重要，但義工們依然堅持這個習慣，他們既是為了傳承珍貴的傳統風俗，也是為了保護當地脆弱而獨特的生態系統。燒山通常在每年 3 月下旬或 4 月上旬進行，具體時間根據每年天氣而定。這項活動作為蒜山文化的重要組成部分，歡迎遊客一起參與。

<日本語仮訳>

伝統の山焼き

春がやってきた。蒜山高原の斜面が燃えている。しかし、慌てる必要はない。これは、深刻な山火事ではない。草原の生物多様性や地域の生活様式を維持するための山焼きが行われているのだ。

半自然の草地は、人と自然が相互に利益を与えながら両立する生態系である。家畜の放牧や草刈りなどの人間の活動は、草原が元の森林に戻るのを防ぎ、草原の動植物に適した生物圏が維持される。世界的に見ると、家畜の飼育に自然の放牧地が使われなくなり、かつての牧草地が耕作向きの農地に変容するにつれて、半自然の草地は減少している。草原は現在、日本の陸地面積のおよそ 1 パーセントを構成する。これは、1960 年のわずか 3 分の 1 である。つまり、草原の保全は大いに重要性を増しているのである。

蒜山では、山焼きと呼ばれる 800 年ほど前から続く地元の野焼きの慣習によって半自然の草地が維持され、現在も、野生の絶滅危惧種であるキキョウ（学名： *Platycodon grandiflorus*）やサクラソウ（学名： *Primula sieboldii*）などが生育している。このように管理された小規模の火入れは、春の雪解けの直後に実施され、地表下の温度は山火事のように高温にはならない。結果として、草原の植物の根や種子は生き残り、光を遮断する下生えの植物や若木が除去された環境で、すぐに息を吹き返す。また、黒くなった地面はより多くの日光を吸収することで、土壌を発芽に有利な温度にまで上昇させ、生育期間の長期化を可能にしている。

山焼きの伝統は、蒜山の生活に深く関係している。かつて草原は馬や牛の放牧地の役割を果たし、そこで収穫された草は、屋根ふきの材料や、大いに不足していた農業用の肥料となっていた。また、葺き草と木の板を織り合わせて作る、住居を積雪の重みから守るための「雪囲い」にも使用された。蒜山の草原は地域社会の共有資源として管理されていたため、毎年春に地域の人々が集まり、一丸となって維持・保全を行っていた。この慣行はもはや住民の生活に必須ではなくなったが、貴重な伝統を維持すると同時に、脆弱なここにしかない生態系を保全すべく、現在も地元のボランティアが集まって山焼きを行っている。山焼きは天候次第ではあるが、通常 3 月下旬あるいは 4 月初旬に実施される。蒜山の文化の重要な一部であるこの行事に、ぜひ参加してもらいたい。

【タイトル】 蒜山の絶滅危惧種

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

蒜山の濒危物种

蒜山动植物种类丰富，其中包括一些极为珍稀的濒危物种。

本地最著名的“居民”之一，是一种极度濒危的日本多节天牛(*Agapanthia japonica*)，它们的日文名字很拗口，发音为“fusahige-ruri-kamikiri”。这种触角长长的天牛一度遍布日本中部地区，甚至北至北海道，现在却随着它们生存所需草地的消失而日益减少。蒜山高原如今是这个物种的大本营，在这里，湿润草地上生长的金针菜(*Hemerocallis citrina*)是它们的食物来源与产卵的温床。蒜山高原每年一度的烧山活动维护着本地生态系统的健康，阻止草地被森林侵占。

日本虎凤蝶(*Luehdorfia japonica*)也是一种濒危物种，这种蝴蝶每年只在4月前后出现，因此被昵称为“春之女神”。这种昆虫生长在林下植被稀疏的阔叶落叶林中，蒜山的山林采伐活动造就了不少这样的栖居环境。山林采伐所伐的树木用于烧炭，同时留下树墩让其继续生长。在养树期间，人们将树叶和落枝收集起来作为燃料和肥料，并清除林下植被，为日本虎凤蝶提供了理想的生存环境。

蒜山的水生环境里也生活着稀有物种，比如淡水珍珠贝(*Margaritifera laevis*)，它们是世界上濒危程度最高的淡水双壳类物种之一。由于栖息地被破坏以及其他人类活动带来的影响，全球这种贝类的数量在近数十年间急剧减少，而蒜山天谷川与小原川中的淡水珍珠贝种群的生存现状依旧良好。这些生物能够过滤悬浮微粒、释放养分、混合水底沉积物，为河中的其他生物提供干净的栖居场所，在水生环境的维护上起着重要作用。

有记录显示，冈山县内生长着2836种维管束植物，在蒜山地区能确认到2000种左右。其中还有一些本地区特有物种，在全世界其他任何地方都看不到它们的身影。蒜山梅花藻(*Ranunculus nipponicus* var. *okayamensis*)便是其中之一，它是一种开花的水草，生长在过去为本地农场供应生活及耕作用水的小灌溉渠中。蒜山苔草(*Carex aphyllopus* var. *impure*)也是本地特有物种，这种莎草类植物于1930年首次在蒜山地区被发现。

<繁体字>

蒜山的濒危物种

蒜山動植物種類豐富，其中包括一些極為珍稀的瀕危物種。

當地最著名的「居民」之一，是一種極度瀕危的日本多節天牛（*Agapanthia japonica*），牠們的日文名字很拗口，發音為「fusahige-ruri-kamikiri」。這種觸角長長的天牛一度遍佈日本中部地區，甚至北至北海道，現在卻隨著牠們生存所需草地的消失而日益減少。蒜山高原如今是這個物種的基地，在這裡，濕潤草地上生長的金針菜（*Hemerocallis citrina*）是牠們的食物來源與產卵的溫床。蒜山高原每年一度的燒山活動維護著當地生態系統的健康，阻止草地被森林侵佔。

日本虎鳳蝶（*Luehdorfia japonica*）也是一種瀕危物種，這種蝴蝶每年只在 4 月前後出現，因此被昵稱為「春之女神」。這種昆蟲生長在林下植被稀疏的闊葉落葉林，蒜山有一種被稱為「萌生林採伐」的林業操作，因此這樣的棲居環境並不少見。萌生林採伐所伐樹木用於燒炭，同時留下樹墩讓其繼續生長。在養樹期間，人們將樹葉和落枝收集起來作為燃料和肥料，並清除林下植被，為日本虎鳳蝶提供了理想的生存環境。

蒜山的水生環境裡也生活著稀有物種，比如淡水珍珠貝（*Margaritifera laevis*），牠們是世界上瀕危程度最高的淡水雙殼類物種之一。由於棲息地被破壞以及其他人類活動帶來的影響，全球這種貝類的數量在近數十年間急劇減少，而蒜山天谷川與小原川中的淡水珍珠貝種群的生存現狀依舊良好。這些生物能夠過濾懸浮微粒、釋放養分、混合水底沉積物，為河中的其他生物提供乾淨的棲居場所，在水生環境的維護上扮演著重要角色。

有記錄顯示，岡山縣內生長著 2836 種維管束植物，在蒜山地區能確認到 2000 種左右。其中還有一些當地區特有物種，在全世界其他任何地方都看不到它們的身影。蒜山梅花藻（*Ranunculus nipponicus* var. *okayamensis*）便是其中之一，它是一種開花的水草，生長在過去為當地農場提供生活及耕作用水的小灌溉渠中。蒜山苔草（*Carex aphyllopus* var. *impure*）也是當地特有物種，這種莎草類植物於 1930 年首次在蒜山地區被發現。

<日本語仮訳>

蒜山の絶滅危惧種

蒜山に生息する数多くの動植物種の中には、絶滅の危機に瀕している希少な種もある。

中でも最も有名なのは、絶滅危惧種のフサヒゲルリカミキリ（学名： *Agapanthia japonica* ）という舌を噛みそうな名前を持つ長い触角が生えたカミキリムシである。かつては中部地方と北海道に広く分布していたが、生息地である草地の減少に伴って個体数が減少した。蒜山高原は、この地域の湿潤な草原で生育するユウスゲ（学名： *Hemerocallis citrina* ）に卵を産み、これを餌とするフサヒゲルリカミキリにとって重要な生息拠点となっている。毎年野焼きを実施することで健全な生態系を保持し、森林に戻るのを防止している。

もうひとつの絶滅危惧種であるギフチョウ（学名： *Luehdorfia japonica* ）は、1 年に 1 度、4 月頃しか姿を現さないため、「春の女神」とも呼ばれている。ギフチョウは、下草が少ない落葉広葉樹林に生息する。蒜山には、伐採という森林管理の慣行があるため、このような生息環境が豊富に存在する。伐採は木炭として利用するために行われ、切り株から再び木を成長させる。その間に燃料やたい肥用の落ち葉や枝を集め、下草を刈り取り、ギフチョウにとって理想的な環境を確保しているのである。

また、蒜山の水生環境には、世界で最も絶滅が危ぶまれる淡水二枚貝の一種であるカワシジユガイ（学名：Margaritifera laevis）など、希少な種が生息している。淡水二枚貝の数は、生息環境の破壊や他の人的要因のため、ここ数十年で世界的に急激な減少を呈したが、蒜山の天谷川と小原川には、現在もカワシジユガイが健全に生息している。カワシジユガイは粒状物質をろ過し、栄養を放出し、堆積物を混ぜることによって、川に生息する他の種のために清潔な環境を維持するうえで、重要な役目を担っている。

岡山県で見られる 2,836 の維管束植物のうち、およそ 2,000 種が蒜山に分布している。その中には、蒜山以外では世界中どこでも確認されていない固有種もある。このような種の一つが、昔から地元の農家に対して農業用水や生活用水を供給している用水路に見られる、花をつける水草のヒルゼンバイカモ（学名：Ranunculus nipponicus var. okayamensis）である。その他には、1930年に蒜山で初めて採取されたスゲの一種、ヒルゼンスゲ（学名：Carex aphyllopus var. impura）もある。

【タイトル】「里山」とは

【想定媒体】WEB・パンフレット

<簡体字>

“里山”是什么？

日本大约有四分之三的国土都是山地。自古以来，宜居平原的稀缺早已教会了本地人如何在偏僻山区更好地生活和耕作。为应对生存环境的挑战，这些地区发展出特有的传统，以充分利用靠近山野的优势。这样的村庄被称为“山里”，而村庄周围经过开垦、开发的田地与森林则被称为“里山”。

山林采伐是传统里山活动的范例之一。本地居民每隔10~20年砍伐一次栎木和其他生长速度较快的落叶树，用于制作木炭。此后，老树桩上会反复发出新芽，借助老树根系储存的能量，嫩芽迅速生长。新生枝干很快就能长到可供再次砍伐的大小，其速度要比使用种子或重新种植籽苗快很多。此外，林地上的落叶和断枝也会每年被收集起来充当燃料和肥料。

里山的土地管理体现了一种人类与自然的和谐共处之道，在维护当地生物多样性方面发挥着十分重要的作用。比如，稻田、水库和灌溉渠为候鸟与留鸟提供了觅食、繁育的场所，同时也是蛙类、萤火虫、蜻蜓等各类动物赖以生存的环境。过去人们需要用茅草铺设屋顶，因此会定期收割长草，这也无意间为原本难以争夺到足够阳光的小野花留出了生长的空间。在里山，人们早已找到了能够兼顾保护原生物种与满足自身需求的共存之道。

当今社会已经步入老龄化，对于年轻人来说，城市生活显然比山村更有吸引力，里山的许多传统习俗因此渐渐消失。但对于传统的生活方式与自然风光，仍然有许多人怀有田园诗般的美好印象。许多机构组织也正在努力尝试延续里山的传统生活方式，为社区发展献计献策，希望在开发利用自然环境的同时，坚持维护本地区生物的多样性。日本环境省与联合国大学可持续发展高等研究所合作的“里山倡议”(Satoyama Initiative)项目就是其中的一个范例。

<繁体字>

「里山」是什麼？

日本大約有四分之三的國土都是山地。自古以來，因為缺少宜居平地，當地人學會了如何在偏遠的山區生活與耕作。為應對生存環境的挑戰，社區發展出特有的傳統，從而充分利用靠近山野的優勢。這樣的村莊被稱為「山里」，而村莊周圍經過開墾的田地與森林則被稱為「里山」。

「萌生林採伐」は傳統里山活動之一。當地居民每隔10~20年砍伐一次橡木和其他生長速度較快的落葉樹，用於製作木炭。此後，老樹樁上會反復發出新芽，借助老樹根系儲存的能量，嫩芽迅速生長。新生枝幹很快就能長到可供再次砍伐的大小，速度比使用種子或重新種植小樹苗快很多。此外，每年林地上的落葉和斷枝也會被收集起來充當燃料和肥料。

里山的土地活用展現了人類與自然和諧共處的生活方式，發揮著維護當地生態多樣性的重要作用。比如，稻田、蓄水池和灌溉溝渠為候鳥與留鳥提供了覓食、繁殖的場所，同時也是蛙類、螢火蟲、蜻蜓等各種生物賴以生存的環境。過去人們需要用茅草鋪設屋頂，因此會定期收割長草，這也無意間為原本難以爭奪到充足陽光的小野花留出了生長的空間。在里山，人們早已學會與原生物種共處，找到了時而給予保護，並滿足自身需求的共存之道。

當今社會已經步入高齡化，對於年輕人來說，城市生活顯然比鄉村更有吸引力，里山的許多傳統習俗因此漸漸消失。但對於傳統的生活方式與自然風光，仍然有許多人保有田園詩般的美好印象。有一些機構和社團也正在努力守護里山的傳統生活方式，活用生活智慧，建設利用自然環境的同時保育生態多樣性的當地社區。日本環境省與聯合國大學永續發展高等研究所合作的「里山倡議」（Satoyama Initiative）專案計畫就是其中的一個例子。

<日本語仮訳>

「里山」とは

山地は日本の国土のおよそ4分の3を占めている。住みやすい平地が不足していたため、人々は昔から人里離れた山間部で農業や生活を営んできた。原野に近いという地の利を生かし、地域社会はその土地の課題に対処するために独特の伝統を育んできた。こうして出来た集落を「山里」、山里を囲む収穫された田畑や森林は「里山」と称された。

伝統的な里山の慣行の例として、伐採が挙げられる。地域住民は10~20年ごとに樅などの成長の速い落葉樹を伐採し、木炭にしていた。すると古い切り株から新たな芽が繰り返し発芽する。芽は、木の根に蓄えられたエネルギーを使って素早く再生する。結果として、伐採された木は、種子や苗木から植え直す場合よりもはるかに早く採取可能な大きさに成長する。林床にたまった落葉や枝は毎年集められ、燃料や肥料とされた。

里山の土地活用は、自然とバランスを取りながら共存する生活様式を反映しており、地域の生物多様性を維持するうえで重要な役割を果たしている。例えば、田んぼや貯水池、用水路は、留鳥や渡り鳥の餌場や繁殖地になると同時に、カエル、ホタル、トンボなどの生物にとっても不可欠な場所である。屋根の葺き替え用に背の高い草を刈り取ることで日光の取り合いがなくなるため、背の低い野草の再生が促される。里山では、人々は在来種と共存し、さらには手助けしながら、自らのニーズを満たす手法を見出してきた。

高齡化が進み、若者が田舎より都市での暮らしを選ぶようになったことで、今では里山の慣習は希少なものとなりつつある。それでもなお、多くの人とその伝統的な生活様式や風景に、のどかなイメージ

を抱く。現在様々な団体が里山の暮らしを守り、あるいは知恵を活かして、生物多様性を保全しながら自然環境を活用できる地域社会を構築しようと、取り組んでいる。そのひとつが、環境省と国連大学サステナビリティ高等研究所の合同プロジェクト、「SATOYAMA イニシアティブ」である。

【タイトル】 真庭：木材の都市

【想定媒体】 看板

<簡体字>

真庭：木材之城

真庭的森林覆盖率约为 80%，林业与木材业因此成为本地支柱产业。19 世纪晚期，本地开始种植日本柳杉、日本扁柏和松树等商用树木。到 20 世纪 30 年代后期，真庭已成为面向日本中部地区最主要的木材供应基地。

真庭的木材大多用于建筑行业。从古至今，日本建筑都更青睐极简设计与轻质建材，并注重室内外空间的通透感，所以木材向来是关键的建筑元素。除了视觉吸引力以外，木材的柔韧度强，质量轻且抗拉伸性好，还能绝缘隔热。

20 世纪 70 年代，廉价的进口木材和用户偏好的转变导致日本林业逐日衰退。为保护本地产业，真庭开始探索更加高效环保的木材加工工艺，例如，正交胶合木工艺(CLT)。CLT 于 20 世纪 90 年代中期在欧洲出现，这座建筑正是为展示其魅力及多功能性而设计建造。

CLT 是将多块原木薄板以木纹垂直相交的方式叠加粘合，制成大块木板。成品保留了木材的天然色泽与纹理，却比常规木板稳定性更高，防火性与绝缘隔热性也更好。此外，CLT 以可再生资源为原材料，比混凝土更环保。

<繁体字>

真庭：木材之城

真庭的森林覆盖率約為 80%，林業與木材業因此成為當地支柱產業。19 世紀晚期，當地開始種植日本柳杉、日本扁柏和松樹等商用樹種。到 1930 年代後期，真庭已成為面向日本中部地區最主要的木材供應基地。

真庭的木材大多用於建築行業。從古至今，日本建築都更青睞極簡設計與輕質建材，並注重室內外空間的通透感，所以木材向來是主要的建築元素。除了視覺吸引力以外，木材的柔韌度強，重量輕且抗拉伸性好，還能絕緣隔熱。

1970 年代，廉價的進口木材和消費者偏好的轉變導致日本林業逐日衰退。為保護當地產業，真庭開始探索更加高效環保的木材加工工藝，例如，直交集成板工藝（CLT）。CLT 於 1990 年代中期在歐洲出現，這座建築正是為展示其魅力及多功能性而設計建造。

CLT 是將多塊原木薄板以木紋垂直相交的方式疊加黏合，製成大塊木板。成品保留了木材的天然色澤與紋理，卻比常規木板穩定性更高，防火性與絕緣隔熱性也更好。此外，CLT 以可再生資源為原材料，比混凝土更環保。

<日本語仮訳>

真庭：木材の都市

真庭は、森林が土地面積の約 80 パーセントを占める、林業・木材産業が盛んな市である。19 世紀後半にはスギ、ヒノキ、マツなど、商業用木材に適した品種を植える取り組みが始まり、1930 年代後期までには、真庭は中部地方に向けた材木の主要な供給拠点となった。

この木材の多くは、建築に用いられている。日本建築では、伝統様式、現代様式のいずれにおいても、ミニマリズムに基づく設計を行い、材料には軽量なものを用い、境界線が曖昧な屋内外空間とする傾向があるため、木材は常に重要な要素とされてきた。木材は、見た目が美しいというだけでなく、柔軟性に富み、軽量ながら引張強度に優れ、電気や熱に強い。

1970 年代、低価格の輸入木材や消費者の嗜好の変化に伴い、日本の林業は衰退の一途を辿っていた。真庭では、地元の産業を守るため、効率的で環境に配慮した新しい方法で真庭の木材を活用する道を模索し始めた。その例として、クロス・ラミネイテッド・ティンバー（CLT）の積極的な活用が挙げられる。この建物は、1990 年代中頃にヨーロッパで開発された CLT の魅力や汎用性を伝えるために設計されたものである。

CLT の生産工程では、複数のひき板を直交するように積み重ねて接着することで、大きな木製パネルを作り出す。CLT で得られた材料は、標準的な木製パネル材と比べ、高い安定性、耐火性、断熱性を備え、さらに木の自然な色合いや木目も残している。CLT は再生可能な資源から作られるため、コンクリートに代わる、環境に優しい材料である。

【タイトル】 真庭：木材の都市

【想定媒体】 WEB、パンフレット

<簡体字>

真庭：木材之城

真庭的森林覆盖率达 80%左右，林业与木材业都是蒜山地区的支柱产业。19 世纪晚期，本地开始广泛种植适合商业木材加工的树种，其中，最主要的品种包括日本柳杉、日本扁柏和松树等。最初，人们利用河流将砍伐的树木运送到冈山市，1936 年铁路开通后，真庭成为了面向关西地区的主要木材供应基地。

大约在 1975 年前后，由于用户喜好转变，再加上进口木料价格低廉，日本本土林业遭遇双重冲击。虽然真庭的相关产业在 20 世纪 80 年代期间依然保持了相对强劲的姿态，本地行业领袖为了保护本地产业，开始寻找更好的国产木材加工方式。他们将重点放在了可持续发展、环保性以及现代科技在林业管理与木材加工上的应用等方面。其中一项干燥木料的革新科技，使真庭市得以在日本各大木材产区中脱颖而出。如今，这座城市使用装配有传感器的无人机和云数据库，对森林资源进行战略性的分类和管理，同时依然孜孜不倦地探索着更加高效、环保的木材加工方式，例如正交胶合木(CLT)工艺。

CLT 工艺于 20 世纪 90 年代中期首先出现在欧洲，因成品的美观度与多用性，近年来在日本备受关注。CLT 的生产过程是将多层原木薄板以木纹垂直相交的方式叠加胶合，最终形成大块的木质板材。与常规木板相比，运用 CLT 工艺生产出来的材料在稳定性、防火性和绝缘隔热性等多个方面都更加出色，并且还保留了木材天然颜色和纹理。此外，由于 CLT 涉及的原材料是可再生天然资源，显然比混凝土更有利于环保。

在真庭市，木料加工行业产出的碎木头和锯木屑同样可以造福本地社区。自 2015 年开始，每年都有 7.8 万吨这样的废弃材料被送进真庭生物能源发电厂，转变为有用的电能。工厂年发电 1 万千瓦，不但足够满足本市 2.2 万户家庭的用电需求，还有余量出售给电力公司。

无论是传统风格还是现代样式，日本建筑都更倾向于极简风格的设计、轻质的建材，以及“隔而不断”的室内外空间连接方式。在真庭木材向来便是建筑的一大重要元素，这里随处可见它们与周边森林之间永恒的关系。从拥有优美屋檐的福田神社这样的历史建筑，到采用了最新 CLT 工艺的新式建筑，无处不彰显着“真庭因木而生，木亦成就真庭”。

<繁体字>

真庭：木材之城

真庭の森林覆蓋率高達 80%左右，林業與木材業都是蒜山地區的主要產業。19 世紀晚期，當地開始廣泛種植適合商業木材加工的樹種，其中，最主要的品種包括日本柳杉、日本扁柏和松樹等。最初，人們利用河流將砍伐的樹木運送到岡山市，1936 年鐵路開通後，真庭成為了面向關西地區的主要木材供應基地。

大約在 1975 年前後，由於消費者喜好轉變，再加上進口木料價格低廉，日本本土林業遭遇到雙重衝擊。雖然真庭的相關產業在 1980 年代期間依然保持了相對強勁的態勢，當地行業領袖為了保護產業，開始尋找更好的國產木材加工方式。他們將重點放在了永續發展、環保性以及現代科技在林業管理與木材加工上的使用等方面。其中，一項乾燥木料的革新科技，使真庭市得以在日本各大木材產區中脫穎而出。如今，這座城市使用裝配有感測系統的無人機和雲端資料庫，對森林資源進行戰略性的分類和管理，同時依然孜孜不倦地探索著更加高效、環保的木材加工方式，例如直交集成板（CLT）工藝。

CLT 工藝於 1990 年代中期首先出現在歐洲，因成品的美觀度與多用性，近年來在日本備受關注。CLT 的生產過程是將多層原木薄板以木紋垂直相交的方式疊加膠合，最終形成大塊的木質板材。與常規木板相比，運用 CLT 工藝生產出來的材料在穩定性、防火性和絕緣隔熱性等多個方面都更加出色，並且還保留了木材天然顏色和紋理。此外，由於 CLT 涉及的原材料是可再生天然資源，顯然比混凝土更有利於環保。

在真庭市，木料加工行業產出的碎木頭和鋸木屑同樣可以造福當地。自 2015 年開始，每年都有 7.8 萬噸這樣的廢棄材料被送進真庭生物能源發電廠，轉變為有用的電能。工廠年發電 1 萬千瓦，不但足夠滿足本市 2.2 萬戶家庭的用電需求，還有餘量出售給電力公司。

無論是傳統風格還是現代樣式，日本建築都更傾向於極簡風格的設計、輕質的建材，以及「隔而不斷」的室內外空間連接方式。在真庭木材向來便是建築的一大重要元素，這裡隨處可見它們與周邊森林之間永恆的關係。從擁有優美屋簷的福田神社這樣的歷史建築，到採用了最新 CLT 工藝的新式建築，無處不彰顯著「真庭因木而生，木亦成就真庭」。

<日本語仮訳>

真庭：木材の都市

真庭の土地の約 80 パーセントは森林が占めており、林業・木材産業は、蒜山地域の基幹産業となっている。19 世紀後半には、商業用木材に適した品種を広範囲に植える取り組みが開始され、木材用に主に栽培されているのは、スギ、ヒノキ、マツである。当時、伐採した木は川を使って岡山市まで運ばれていた。しかし、1936 年に鉄道が開通したことで、真庭は関西圏に向けた主要な材木の供給拠点となった。

1975 年頃になると、消費者の嗜好の変化や安価な輸入木材の流入により、林業は低迷し始める。1980 年代を通して真庭の産業は比較的好調を続けていたが、地元の実業界のリーダー達は地場産業を守るべく、国産材を活用するより良い方法を模索した。彼らが注力したのは、持続可能性、保全、森林管理と木材加工に現代技術を取り入れることだった。真庭を国内の他の木材生産地と差別化したイノベーションの一つが、採取した材木を乾燥させるのに最先端の技術を採用したことであ

る。今日、真庭市は、林業資源を戦略的に整理・管理するため、センサーを備えたドローンや、クラウドデータベースを活用している。また、同時にその木材の効率的かつ環境に配慮した活用を可能にする新しい手法、例えばクロス・ラミネイテッド・ティンバー（CLT）などの技術を模索している。

1990年代中頃にヨーロッパで開発された CLT は、その美しさや汎用性によって、近年日本で活用が進んでいる。CLT は、複数の薄い板を直交するように積み重ねて接着し、大きな木製パネルを作り出すことで生産される。CLT で得られた材料は、標準的な木製パネル材と比べ、高い安定性、耐火性、断熱性を示すが、木の自然な色合いや木目も残している。CLT は再生可能な資源から作られるため、コンクリートに代わる、環境に優しい材料となっている。

真庭の木材産業から排出される廃材やおがくずは、地域社会に利益をもたらすように活用されている。2015年以降、真庭バイオマス発電所において、毎年発生する 78,000 トンの廃棄物が有用なエネルギーに変換されている。この発電所では、真庭市の 22,000 世帯をまかなうエネルギーを超える 10,000 キロワットを発電し、余剰電力は、外部の電力会社に販売される。

日本建築は、伝統的なものも現代的なものも、ミニマリズムに基づく設計を行い、材料には軽量のものを用い、境界線が曖昧な屋内外空間とする傾向がある。真庭では、木材は以前から重要な要素とされており、周囲の森林との永続的なつながりを至る所で見ることができる。福田神社の優美な軒のような歴史的建造物から、最新の CLT 技術を取り入れた新しい建物まで、真庭は木材で成り立ち、木材が真庭を作ってきたのである。

【タイトル】 クロス・ラミネイティド・ティンバー

【想定媒体】 看板

<簡体字>

CLT 正交胶合木

欢迎来到“风之叶”！位于“绿色蒜山”(GREENable HIRUZEN)内的本设施由知名建筑师隈研吾设计，使用本地木料精心打造。在它引人注目的现代外表下，蕴含着沿袭了千百年的日本建筑传统：选用天然材料，模糊室内外空间界限。

这些菱形大木板是一种被称为正交胶合木(CLT)的新型建材，由多层原木薄板以木纹垂直相交的方式叠加胶合而成。CLT 产品保留了木材恒久之美，同时更稳定、绝缘耐热、多用途。由于采用了轻质的可再生资源，它对环境的影响比混凝土或钢材更小。

通过将碎小木材拼合成大型板材，CLT 最大化地实现了对真庭本地原木材料的利用，同时又为品级稍低的木材打开了市场。通常，CLT 表层使用昂贵的日本扁柏，内部则采用相对低廉的日本柳杉，兼顾了外观与成本。

CLT 可以在建筑现场直接使用预制构件组装，无需像混凝土那样等待干燥。得益于板材的模块化特性，它们同样易于拆除和搬迁。比如“风之叶”，第一年就是作为推广 CLT 应用的展品在东京度过的，之后于 2021 年 3 月被拆开，运到这里重新搭建。

<繁体字>

CLT 直交集成板

歡迎來到「風之葉」！這個位於「綠色蒜山」(GREENable HIRUZEN)內的著名地標由知名建築師隈研吾設計，使用當地木料精心打造。在它引人注目的現代外表下，蘊含著沿襲了千百年的日本建築傳統：選用天然材料，模糊室內外空間界限。

這些菱形大木板是一種被稱為直交集成板(CLT)的新型建材，由多層原木薄板以木紋垂直相交的方式疊加膠合而成。CLT 產品保留了木材恒久之美，同時更穩定、絕緣耐熱、多用途。由於採用了輕質的可再生資源，它對環境的影響比混凝土或鋼材更小。

通過將碎小木材拼合成大型板材，CLT 最大化地實現了對真庭當地原木材料的利用，同時又為品級稍低的木材打開了市場。通常，CLT 表層使用昂貴的日本扁柏，內部則採用相對低廉的日本柳杉，兼顧了外觀與成本。

CLT 可以在建築現場直接使用預製零件組裝，無需像混凝土那樣等待乾燥。得益於板材的模組化特性，它們同樣易於拆除和搬遷。比如「風之葉」，第一年就是作為 CLT 的展示品在東京度過的，之後於 2021 年 3 月運到這裡重新搭建。

<日本語仮訳>

クロス・ラミネイテッド・ティンバー

有名な建築家、隈研吾が設計を担当し、地元産の木材を使用して建てられた、「風の葉」へようこそ。グリーンابل・ヒルゼン（GREENable HIRUZEN）内のこのパビリオンは非常にモダンな佇まいでありながら、天然素材を活用し、屋内と屋外の空間の境界をあいまいにするという、何世紀にもわたる日本建築の伝統も取り入れている。

ダイヤモンド形の木製パネルは、CLT という革新的な建材でできている。CLT とは、何枚ものひき板を互いに直交するように積層し、大きなパネルにしたもの。CLT を使った製品は、木の特性である時代を超えた美しさを保ちつつ、優れた安定性、耐熱性、汎用性を誇る。また、軽量で再生可能な資源から作られるため、コンクリートやスチールと比べて環境負荷が少ないのも特徴である。

CLT は小さな木材を組み合わせて大きなパネルにするため、真庭産の木材を非常に効率的に活用できる。また、あまり好まれないとされてきた種類の木材を活かす市場も創出する。外側はヒノキ、内側にスギを使った CLT のパネルは、高価なヒノキの外観を保ちつつ、見えないところに費用の安いスギを使用している。

建築現場では、既成の特注の CLT を使えば、コンクリートが乾くの待つことなく、すぐに組み立てを開始できる。また、パネルはモジュール式であるため、容易に解体、移設することができる。実際にこのパビリオンは、1 年目は東京で CLT の活用推進のための展示物として使われていた。その後解体、輸送され、2021 年 3 月にこの地に再建された。

【タイトル】 クロス・ラミネイティド・ティンバー

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

CLT 正交胶合木

正交胶合木，简称 CLT(Cross-Laminated Timber)，这是一种当下颇具开发潜力的新型材料。鉴于蒜山地区的木材加工历史，加上本地对于可持续发展的热情，真庭市有望成长为日本主要的 CLT 生产中心。

什么是 CLT?

CLT 是一种使用多块原木薄板以木纹垂直相交的方式叠加胶合而成的大块建材木板。这类板材保留了天然木材的迷人纹理，同时具备更强的稳定性、绝缘耐热性，用途也更加广泛。CLT 于 20 世纪 90 年代中期首先在欧洲出现，近年来在日本也开始倍受关注。

CLT 怎样制造？

加工 CLT 板材的第一步，是将原木放入一种特殊的窑炉内脱水干燥。随着水分的蒸发，木料会收缩，这一步是为了确保最终成品中的原木材料不会出现变形、翘曲等问题。随后，需要根据外观和强度对完成干燥的木料进行分类，确定其最合适的配置场所。

接下来，木料会被切分成不超出 12 米长的木板，然后通过一种被称为“指形接头”的齿状槽口拼接在一起。这种槽口就像一排尖利的细钉，能够分散受力，增加咬合处的接触面积，从而形成极强的粘合力。这种拼接方式可以加工特长木板，且丝毫无损于最终成品的稳定性能。只是，日本的卡车装货长度受到法律限制，道路运输的上限为 12 米。

拼接好的木板排成一列后，先刷上一层薄薄的胶水，再覆盖上另一层薄板，上下两层木板的木纹方向必须垂直相交。这样的步骤不断重复，根据板材的用途，成品最终叠加的层数各有不同。所有板层叠加完后，须立刻对整个板面进行平均施压，压强为 8 公斤/平方厘米，根据气温的不同，持续加压 40~60 分钟。然后将木板静置 24 小时进行干燥。

完成后的板材被称为“母板”，可以按照需要定制切割。从接头到窗口、电灯开关等开口的部分，所有建材都可以预先在工厂里完成精密切割，从而大幅缩短现场的施工时间。届时只要把预制构件拼合起来，安置到合适的位置即可。

CLT 的优势在哪里？

从性价比、功能性，到可持续性，CLT 的优点众多。作为建筑材料，CLT 在稳定性、耐火性、抗震性以及绝缘隔热性能上的表现都优于常规木板，同时还保留了木材的天然色泽和纹理。

除了**审美优势**外，CLT 的**应用范围**超出混凝土、钢材，且对环境的影响更小，因此更加**环保**。长期以来，混凝土始终是最主要的建筑材料之一，但制造混凝土所需的沙子却越来越**难获取**。木材则不同，它们是**可再生资源**，很容易就地取材。而且，通过使用本地**原材料**和**终端产品**的**轻量化**，还能减少伴随**运输**而生的**碳排放量**。

CLT 对**木材资源**的利用也更加有效。它能够将**小块**的木料拼合成大板材使用，更能为**传统**上不那么受追捧的木材开拓出**新市场**。比如，与**纹理**色差很大的日本柳杉比起来，**色调**浅淡而均匀的扁柏在日本更受推崇。但扁柏的**生长周期**比柳杉**长得多**，价格自然也就更加**昂贵**。而 CLT 板材可以在**表层**使用**昂贵**的日本扁柏薄板，**隐藏**在内的部分则使用**相对廉价**的柳杉，从而降低**最终成品**的**售价**。此外，将**生长迅速**的**树木**与**生长缓慢**的**树种**搭配使用，也更有利于森林的**可持续发展**。

在**施工现场**，由于直接使用 CLT **预制构件**，无需像混凝土那样等待干燥，所有**结构**均可迅速搭建完成。此外，得益于所有**结构**的**模块化**特性，一旦有需要，**这类建筑**都可以**轻松拆除**，并在**他处**原样恢复。CLT 良好的**绝缘隔热性**不仅能有效降低冷暖气成本，**还有望**长期降低**对环境**的影响。

就连 CLT 加工过程中产生的**废料**也是有用的。在真庭，碎木块和锯木屑都被集中送到 CLT 工厂对面的一家生物能源**发电厂**作为**燃料**，**废料燃烧**产生的**热量**则又被送回 CLT 工厂的木材干燥炉，形成了一个**生产加工**的**闭环**。

如想了解更多了解 CLT 的**潜能**，可以前往“**绿色蒜山**”(GREENable HIRUZEN)参观。那里有一座出自知名建筑师隈研吾之手的建筑“**风之叶**”。它使用本地木材精心打造，**来访者**可以在此享受**悠闲时光**，**欣赏**蒜山高原的美景。

<繁体字>

CLT 直交集成板

直交集成板，簡稱 CLT (Cross-Laminated Timber)，這是一種現在頗具開發潛力的新型材料。鑒於蒜山地區的木材加工歷史，加上當地對於永續發展的熱情，真庭市有望成長為日本的一大 CLT 生產中心。

什麼是 CLT？

CLT 是一種使用多塊原木薄板以木紋垂直相交的方式疊加膠合而成的大塊建材木板。這類板材保留了天然木材的迷人紋理，同時具備更強的穩定性、絕緣耐熱性，用途也更加廣泛。CLT 於 1990 年代中期首先在歐洲出現，近年來在日本也開始倍受關注。

CLT 怎樣製造？

加工 CLT 板材的第一步，是將原木放入一種特殊的窯爐內脫水乾燥。隨著水分的蒸發，木料會收縮，這一步是為了確保最終成品中的原木材料不會出現變形、翹曲等問題。隨後，需要根據外觀和強度對完成乾燥的木料進行分類，確定其最合適的配置場所。

接下來，木料會被切分成不超出 12 公尺長的木板，然後通過一種被稱為「指形接頭」的齒狀槽口拼接在一起。這種槽口就像一排尖利的細釘，能夠分散受力，增加咬合處的接觸面積，從而形成極強的黏合力。這種拼接方式可以加工特長木板，且絲毫無損於最終成品的穩定性能。只是，日本的卡車裝貨長度受到法律限制，道路運輸的上限為 12 公尺。

拼接好的木板排成一行後，先刷上一層薄薄的膠水，再覆蓋上另一層薄板，上下兩層木板的木紋方向必須垂直相交。這樣的步驟不斷重複，根據板材的用途，成品最終疊加的層數各有不同。所有板層疊加完後，須立刻對整個板面進行平均施壓，壓強為 8 公斤/平方公分，根據氣溫的不同，持續加壓 40~60 分鐘。然後將木板靜置 24 小時進行乾燥。

完成後的板材被稱為「模型板」，可以按照需要定製切割。從接頭到視窗、電燈開關等開口部分，所有建材都可以預先在工廠裡完成精密切割，從而大幅縮短現場的施工時間。屆時只要把預製零件拼合起來，安置到合適的位置即可。

CLT 的優勢在哪裡？

從性價比、功能性，到永續性，CLT 的優點很多。作為建築材料，CLT 在穩定性、耐火性、抗震性以及絕緣隔熱性能上的表現都優於常規木板，同時還保留了木材的天然色澤和紋理。

除了審美優勢外，CLT 的使用範圍超出混凝土、鋼材，且對環境的影響更小，因此更加環保。長期以來，混凝土始終是最主要的建築材料之一，但製造混凝土所需的沙子卻越來越難獲取。木材則不同，它們是可再生資源，很容易就地取材。而且，藉著使用當地產原材料和最終產品的輕量化，還能減少伴隨運輸而生的二氧化碳排放量。

CLT 對木材資源的利用也更加有效。它能夠將小塊的木料拼合成大板材使用，更能為傳統上不那麼受追捧的木材開拓出新市場。比如，與紋理色差很大的日本柳杉比起來，色調淺淡而均勻的扁柏在日本更受推崇。但扁柏的生長週期比柳杉長得多，價格自然也就更加昂貴。而 CLT 板材可以在表層使用昂貴的日本扁柏薄板，隱藏在內的部分則使用相對廉價的柳杉，從而降低最終成品的售價。此外，將生長迅速的樹木與生長緩慢的樹種搭配使用，也更有利於森林的永續發展。

在施工現場，由於直接使用 CLT 預製構零件，無需像混凝土那樣等待乾燥，所有結構均可迅速搭建完成。此外，得益於所有結構的模組化特性，一旦有需要，這類建築都可以輕鬆拆除，並在他處原樣恢復。CLT 良好的絕緣隔熱性不僅能有效降低冷暖氣成本，還有望長期降低對環境的影響。

CLT 加工過程中所產生的廢料也有用處。在真庭，碎木塊和鋸木屑都被集中送到 CLT 工廠對面的一家生物能源發電廠作為燃料，廢料燃燒產生的熱量則又被送回 CLT 工廠的木材乾燥爐，形成了一個生產加工的閉環。

如想更瞭解 CLT，可以前往「綠色蒜山」（GREENable HIRUZEN）參觀。那裡有一座出自知名建築師隈研吾之手的建築「風之葉」。它使用當地木材精心打造，遊客可以在此享受悠閒時光，欣賞蒜山高原的美景。

<日本語仮訳>

クロス・ラミネイテッド・ティンバー

CLT（クロス・ラミネイテッド・ティンバー）は、その可能性が今まさに模索され始めている新材料である。蒜山の木材生産の歴史や、持続可能な開発への地元の情熱から、真庭市は日本の CLT 生産の中心地になると期待されている

CLT とは

CLT は、何枚もの薄いひき板を互いに直交するように積層し、大きなパネルにした建材である。無垢材が持つ木目の魅力を残しつつ、高い安定性、耐熱性、汎用性を誇る。CLT は、1990 年代中頃にヨーロッパで開発されたが、日本で積極的に取り入れられたのは、最近になってからのことである。

CLT の製造方法

CLT 製造の第一のステップは、特別な炉で木材を十分に乾燥させることである。木は水分を失うと収縮するため、この工程を経ることで、木材のサイズが後で変化して完成したパネルに反りが生じるのを防止できる。乾燥後、各部材は外観や強度により分類され、最適な配置場所が決められる。

次に、最長 12 メートルの板材を、フィンガージョイントと呼ばれる、噛み合わせた切り込みでつなぐ。細い釘が並んだようなこの切り込みにより、圧力を分散させ、接着面積を増やすことができるため、極めて強い接着が可能になる。このようなジョイントを用いれば、安定性を損なうことなく非常に長い板を製造することができる。しかし日本ではトラックの積み荷の長さに法的な制約があり、道路輸送において 12 メートルが上限となっている。

板を一列に並べて積層用の接着剤でコーティングした後、これに直交するもう一つの板の層を上に乗せる。この工程が繰り返されるが、パネルの用途によって最終的な層の数は変動する。すべての層が完成した後、パネル 1 平方センチメートルあたり 8 キログラムの圧力を 40～60 分間（気温により異なる）かけて固める。その後パネルは、乾燥が完了するまで 24 時間置く。

次にマザーボードと呼ばれるその完成したパネルを、注文に応じてカットする。接合部から窓や照明スイッチ用の開口部まで、あらゆる部分が工場で精密にカットされるため、現場での施工時間は大幅に短縮できる。予めカットされた各部材は、簡単に組み合わせ、しかるべき場所に固定される。

CLT の利点

CLT の利点は、コスト面、機能性、持続可能性など、多岐にわたる。建材としての CLT は、標準的な木製パネル材と比べ、安定性、耐火性、耐震性、断熱性に優れ、かつ木の自然な色味や木目を保っている。

審美性における利点に加え、コンクリートやスチールと比べて環境への負荷が少ないというメリットがあり、さらには、汎用性の点でも優れている。コンクリートは昔から建材の定番だが、その材料として必要な砂の調達次第に困難になっている。一方、木材は再生可能であり、国内で容易に入手できる。さらに、地元産の原材料の使用と最終製品の軽量化により、輸送に伴う炭素排出量を抑制することができる。

CLT はまた、森林資源をより効率的に活用できる。小さな部材を組み合わせて大きなパネルにできるだけでなく、従来あまり日の目を浴びなかった木材を活かす市場が創出される。例えば、日本では木目の色の濃淡が激しいスギに比べて、均一性の高い淡色のヒノキの方がはるかに珍重される。しかし、スギと比べヒノキの成長はかなり遅いため、その分ヒノキは高価になる。CLT パネルの場合、外側にはヒノキの板を、隠れる内側に安価なスギの板を使えるため、完成品の価格を下げることができる。さらに、この方式では成長が速い木と成長が遅い木を組み合わせて用いることができるため、森林の持続性を高めることにもつながる。

建築現場においては、コンクリートが乾くのを待つ必要がないため、既成の CLT パネルを用いて素早く構造を組み立てることができる。モジュール式であるため、建物を必要に応じて容易に解体、移設することも可能である。CLT の優れた断熱性能は、冷暖房コストの削減や、長期にわたる環境への負荷の低減につながる。

CLT の生産工程で発生した廃棄物までも、活用することができる。真庭では、木くずやおがくずを回収し、CLT 工場の向かいにあるバイオマス発電所で燃料として焼却している。そこで生成される排熱は、逆に CLT 工場の木材乾燥炉に送られ、完結型の生産ループとなっているのである。

CLT の可能性を実感するなら、グリーンابل・ヒルゼン（GREENable HIRUZEN）を訪問するのがよい。建築家の隈研吾が設計し、地元産の木材を使ったパビリオン「風の葉」は、リラックスした時間を過ごしつつ、蒜山高原の眺めを楽しむことのできるスポットとなっている。

【タイトル】 蒜山地域で体験可能な自然保全体験活動

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

自然保护体验：生活在蒜山，环保在蒜山

生活在蒜山高原的人们保留着日本山谷居民长久以来的生活传统，小山村的居民在很久以前就学会了在森林覆盖的山坡上耕作，对有限的资源加以可持续利用。他们的土地管理技能在寻求人与自然的平衡中，有效维护脆弱栖息地。稻田、水库、灌溉渠不仅为候鸟提供了觅食的场所，同时也是蛙类、萤火虫、蜻蜓等各类动物赖以生存的家园。这样的环境既满足了居民的生活需求，也能够为原生物种的存续提供保障。

在真庭，人们欢迎来访者一起参与相关活动，以便更好地理解山村的生存之道。以下是部分可供来访者体验的本地环境管理与环保活动项目。详情可前往市内的游客中心咨询，了解目前有哪些项目可以参与。中心工作人员会很乐意提供信息，并代为联络本地相关机构。

烧山

每年春天，人们都会在蒜山周边的山上小规模地放火烧山。这项活动在当地被称为“山烧”(yamayaki)，能够阻止半天然的草地被森林侵占，为濒危的草地动植物保住它们生存所依赖的栖息地。

刈茅

刈茅（刈音“义”），就是在秋天收割秋荻等高大的禾本科野草，这项活动有助于野花的生长，否则它们无法在阳光争夺战里与茅草抗衡。进入现代社会后，不再有为修葺屋顶而割茅草的需要，但真庭的本地居民依然每年坚持这项活动。割下来的草被用于堆肥、饲养家畜，以及修葺传统建筑的茅葺屋顶。

野生葡萄

蒜山葡萄酒厂出品的葡萄酒和葡萄果汁都是用一种被称为“山葡萄”(Vitis coignetiae)的野生葡萄加工而成。它是日本本土原生品种，与培育品种相比，果实较小，味道更酸，且开花结果的条件都很苛刻。因此，要想获得丰收，需要无时无刻地关注照料酒厂的葡萄棚。来访者可以尝试亲手剪枝、授粉，或采摘葡萄。

蒜山本地居民乐于邀请来访者参与类似以上的体验项目，希望能借此推动传统习俗代代相传，同时拉近人与人之间的关系，引发人们对贯穿真庭日常生活的古老智慧的兴趣。

<繁体字>

自然保護體驗：生活在蒜山，環保在蒜山

生活在蒜山高原的人們保留著日本山谷居民長久以來的生活傳統，小山村的居民在很久以前就學會了在森林覆蓋的山坡上耕作，對有限的資源加以永續利用。他們的土地管理技能在尋求人與自然的平衡中，有效維護脆弱棲息地。稻田、水庫、灌溉渠不僅為候鳥提供了覓食的場所，同時也是蛙類、螢火蟲、蜻蜓等各類動物賴以生存的家園。這樣的環境既滿足了居民的生活需求，也能夠為原生物種的存續提供保障。

在真庭，人們歡迎遊客一起參與相關活動，以便更深入地理解山村的生存之道。以下是部分可供遊客體驗的當地環境管理與環保活動。詳情可前往市內的遊客中心諮詢，瞭解目前有哪些活動可以參加。中心工作人員會很樂意提供資訊，並代為聯絡當地相關機構。

燒山

每年春天，人們都會在蒜山周邊的山上小規模地放火燒山。這項活動在當地被稱為「山燒」（yamayaki），能夠阻止半天然的草地被森林侵佔，為瀕危的草地動植物保住它們生存所依賴的棲息地。

刈茅

刈茅（刈音「義」），就是在秋天收割秋荻等高大的禾本科野草，這項活動有助於野花的生長，否則它們無法在陽光爭奪戰裡與茅草抗衡。進入現代社會後，不再有為修葺屋頂而割茅草的需要，但真庭的當地居民依然每年堅持這項活動。割下來的草被用於堆肥、飼養家畜，以及修葺傳統建築的茅葺屋頂。

野生葡萄

蒜山葡萄酒廠出品的葡萄酒和葡萄果汁都是用一種被稱為「山葡萄」（*Vitis coignetiae*）的野生葡萄加工而成。它是日本原生種，與培育品種相比，果實較小，味道更酸，且開花結果的條件都很苛刻。因此，要想獲得豐收，需要持續不斷的精細照料酒廠的葡萄棚。遊客可以嘗試親手剪枝、授粉，或採摘葡萄。

蒜山當地居民樂於邀請遊客參與類似以上的體驗活動，希望能藉此推動傳統習俗代代相傳，同時拉近人與人之間的關係，引發人們對貫穿真庭日常生活的古老智慧的興趣。

<日本語仮訳>

蒜山地域で体験可能な自然保全体験活動

蒜山高原の人々は、日本の山地の谷で生活するのに必要な、種々の伝統を守ってきた。この地では、昔から小さな集落の住民が森で覆われた斜面を耕作し、限られた資源を持続的に利用する暮らしを営んできた。その土地の活用方法は、自然とバランスを取りながら、繊細な生育環境を維持し支

えている。田んぼや貯水池、用水路は、渡り鳥の餌場になると同時に、カエル、ホタル、トンボなどの生物の生態系にも重要な意味を持つ。このような環境は、そこで暮らす住民のニーズを満たしながら、在来種が生き残ることにもつながっている。

真庭では、訪れた人に体験を通じてこういった暮らしに対する理解を深めてもらっている。以下に、観光客が楽しめるような地元の管理・保全活動の例をいくつか挙げてみたので、ぜひビジターセンターに立ち寄って、どのような活動に参加できるか聞いてみて欲しい。職員が喜んで案内し、地元の団体に連絡してくれるはずである。

山焼き

毎年春には、蒜山の山々で小規模な野焼きが行われる。山焼きとして知られるこの慣行は、絶滅の危機に瀕した草原の動植物にとって不可欠な生育環境を維持しながら、半自然の草地が森林に戻ってしまうのを防いでいる。

茅刈り

秋に行われる背の高いススキなどの草を刈り取る茅刈りは、日照不足の野草の再生を促す。現在では屋根の葺き替えに刈り取った草が使われることはないが、真庭の住民は今でも毎年茅刈りを行っている。刈り取った草は堆肥や家畜の飼料となるだけでなく、伝統的な建物の茅葺屋根の補修にも利用されている。

野生のブドウ

ひるぜんワイナリーのワインとジュースは、ヤマブドウ（学名：Vitis coignetiae）として知られる野生のブドウから作られる。ヤマブドウは日本固有の品種であり、栽培されたものと比べて小粒で酸味が強く、花や実をつけるのには非常に特殊な条件を必要とする。そのため、豊富な収穫量を確保するためには、ワイナリーの棚の管理に絶えず注意を払う必要がある。観光客も剪定、受粉、収穫に挑戦することができる。

蒜山の住民は、観光客を招いてこういった活動を共有することで、後世に昔ながらのしきたりを伝えると同時に人と人のつながりを育み、また、真庭の暮らしに残る先人の知恵への理解を促すことができると期待を抱いている。

【タイトル】 塩釜冷泉

【想定媒体】 QRコード

<簡体字>**盐釜冷泉**

这个葫芦形状的小水池就是**盐釜冷泉**的源头，在这里，清凉的泉水以每秒 300 升的速度喷涌而出。这眼冷泉最深处为 1.9 米，水温全年保持在 11°C 左右。

冷泉常常出现在火山附近，雨水渗入安山岩和凝结的火山灰中，然后在火山脚下涌出地面。盐釜冷泉就位于中蒜山山麓，许多来访者都会在登山道附近的泉眼处汲一瓶水带回去。

盐釜冷泉的水中**矿物质**含量非常低，以**纯净**、中性的口感著称。它是周边约 600 户居民的生活用水。其他地区的居民也会定期前来取水，用于**饮用**、**烹饪**、冲泡茶水和咖啡等。

在前往冷泉的途中，来访者可以看到一根装饰着白色纸条的草绳，这是神道教圣地的标志。身为旭川的支流，盐釜冷泉源源不断地为本地区输送着**农业**灌溉用水，在蒜山地区的**农业**生活中起到了重要的作用，因此，它自古以来就受到本地居民的尊崇。每年 6 月 20 日，本地居民都会**举办**仪式，**感谢**冷泉的恩惠，祈祷丰收。

盐釜冷泉里生活着一些很不寻常的生物物种。其中之一就是日本耳萝卜螺(Radix auricularia japonica)，这是一种淡水螺，以**宽大的壳口**和半透明的棕色螺壳为特点。在日语里，它们被称为“物を洗う巻貝”(mono-o-arawu-makigai)，意思是“会打扫卫生的螺贝”，因为它们以水藻和腐败的有机物为食物，有助于保持水池清澈干净。

1985 年，盐釜冷泉经日本环境省认定，跻身“日本名水百选”之列。

<繁体字>**鹽釜冷泉**

這個葫蘆形狀的小水池就是**鹽釜冷泉**的源頭，在這裡，清涼的泉水以每秒 300 公升的速度噴湧而出。這眼冷泉最深處為 1.9 公尺，水溫全年保持在 11°C 左右。

冷泉常常出現在火山附近，雨水滲入安山岩和凝結的火山灰中，然後在火山腳下湧出地面。鹽釜冷泉就位於中蒜山山麓，許多遊客都會在登山道附近的泉眼處汲一瓶水帶回去。

鹽釜冷泉的水裡**礦物質**含量非常低，以**純淨**、中性的口感著稱。它是周邊約 600 戶居民的生活用水。其他地區的居民也會定期前來取水，用來**飲用**、**烹飪**、沖泡茶水和咖啡等。

在前往冷泉的途中，遊客可以看到一根懸掛著白色紙條的草繩，這是神道教聖地的標誌。身為旭川的支流，鹽釜冷泉源源不斷地為當地區輸送著**農業**灌溉用水，在蒜山地區的

農業生活中有著重要的功用，因此，它自古以來就受到當地居民的尊崇。每年 6 月 20 日，當地居民會舉辦儀式，感謝冷泉的恩惠，祈禱豐收。

鹽釜冷泉裡生活著一些不常見的生物物種。其中之一就是日本耳蘿蔔螺（*Radix auricularia japonica*），這是一種淡水螺，以寬大的殼口和半透明的棕色螺殼為特點。在日語裡，牠們被稱為「物を洗う巻貝」（*mono-o-arawu-makigai*），意思是「會大掃除的螺貝」，因為牠們以水藻和腐敗的有機物為食物，有助於保持水池清澈乾淨。

1985 年，鹽釜冷泉經日本環境省認定，躋身「日本名水百選」之列。

<日本語仮訳>

塩釜冷泉

小さなひょうたん形のこの池は塩釜冷泉の水源で、毎秒 300 リットルの冷水が湧き出している。最深部は 1.9 メートル、水温は 1 年を通じておよそ 11℃に保たれている。

冷泉は、火山の近隣で見られることが多い。雨水が安山岩や固まった火山灰にしみ込み、麓の辺りで表面に出てくる。この泉は中蒜山の麓にあり、登山口近くにある噴水口でボトルに水を汲んで持ち帰る人もいる。

塩釜冷泉の水はミネラル含有量が非常に低く、清らかな中性のテイストで知られている。約 600 世帯に水を供給しており、他の住民も飲用・料理用に、またお茶・コーヒーに使うために定期的に水を汲みに訪れている。

泉への道を進むと、神道の聖域を示す飾り白い帯状の紙が下がる荒縄に目が留まるかもしれない。旭川の支流である塩釜冷泉は、蒜山の農業灌漑用水として、昔から地元の人々に珍重されてきた。毎年 6 月 20 日には、泉の恵みを讃え、豊作を祈る祭事が行われている。

塩釜冷泉には、珍しい動植物も生息している。その一つが、縁の広い殻口と半透明の茶色の殻が特徴的な淡水巻貝のモノアラガイ（学名：*Radix auricularia japonica*）である。「物を洗う巻貝」という名の通り藻類や腐敗した有機物を食べることから、池は澄みきった状態に保たれている。

塩釜冷泉は、1985 年に環境省の「名水百選」に認定された。

【タイトル】 ひるぜん塩釜キャンピングヴィレッジ

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

蒜山盐釜露营村

蒜山盐釜露营村(Hiruzen Shiogama Camping Village)坐落在中蒜山的山麓，是一处现代化露营和野营设施。这个宠物友好的休闲设施于2018年7月开张营业，共有四个不同的帐篷营地，奢华内涵各有不同。“A”营地提供设备齐全的圆锥帐篷或豪华野营帐篷，适合地面扎营；“D”营地则以附带家具的宽大露营舱为特色，它们有的建于“高跷”之上，有的悬挂在树上。追求更有挑战性的露营爱好者可以选择“C”和“B”营地。“C”营地里现成的帐篷已经搭好，但不带家具。“B”营地则是一片宽阔的林间地带，地面上散落着嶙峋的大圆石，露营者可自带或租借装备，自由扎营。

从睡袋到炊具，乃至棋类游戏和供孩子们使用的草地玩具，一切露营可能用到的装备都能在营地内的商店里租借。住客还可使用24小时开放的淋浴和洗衣设施。本地出品的泽西牛肉香肠等热门食物和饮料都可单独或搭配在烧烤套餐里购买。来访者也可以选择盐釜餐厅就餐，餐厅提供采用蒜山本地食材制作的菜肴，如本地名产白萝卜。一个名叫“盐釜堂”的摊位供应甜品、刨冰和用名列“日本名水百选”的盐釜冷泉水现煮的咖啡。

露营者可以在绿荫下的盐釜冷泉边休息，松弛身心，也可以爬上7米高的树梢，参加树顶障碍步道项目，考验自己的平衡感和灵活性。障碍游戏设施分上下四层，树木之间分布着小屋、绳索、秋千和绳网等。此外，还有狗狗乐园为携犬前来的客人提供服务。

需要进城，或打算沿着真庭总计近30公里长的自行车道游玩蒜山地区的话，可以在营地租借自行车。通往中蒜山顶的登山道（2.7公里）起点就在盐釜冷泉附近，那里有分岔小道，向西通往上蒜山（1.6公里），向东通往下蒜山（3.1公里），露营者很方便就能走遍蒜山最著名的三大山峰。

<繁体字>

蒜山鹽釜露營村

蒜山鹽釜露營村（Hiruzen Shiogama Camping Village）坐落在中蒜山的山麓，是一處現代化露營和野營地。這個寵物友善的休閒活動設施於2018年7月開張，共有四個不同的帳篷營地，奢華內涵各有不同。A區營地提供配備齊全的圓錐帳篷或豪華野營帳篷，適合地面紮營；D區營地則以附帶家具的寬大露營艙為特色，它們有的建於柱子上，有的懸掛在樹上。如果你是追求挑戰性的重度露營者愛好者，推薦C區和B區營地：C區營地現成

的帳篷已經搭好，但不帶家具；B 區營地則是一片寬闊的林間地帶，地面上散落著嶙峋的大圓石，露營者可自帶或租借裝備，自由紮營。

從睡袋到炊具，乃至棋類遊戲和供孩子們使用的草地玩具，一切露營可能用到的裝備都能在營地內的商店裡租到。住客還可使用 24 小時開放的淋浴和洗衣設備。當地出品的澤西牛肉香腸等熱門食物和飲料都可單獨或搭配在燒烤套餐裡購買。遊客也可以選擇在鹽釜餐廳就餐，餐廳提供採用蒜山當地食材製作的菜肴，如當地名產白蘿蔔。一個名叫「鹽釜堂」的小吃攤提供甜品、刨冰和用被列入「日本名水百選」的鹽釜冷泉水現煮的咖啡。

露營者可以在綠蔭下的鹽釜冷泉邊休息，放鬆身心，也可以爬上 7 公尺高的樹梢，參加樹頂障礙步道體驗，考驗自己的平衡感和靈活度。障礙遊戲區域分上下四層，樹木之間分佈著小屋、繩索、秋千和繩網等。此外，還有狗狗樂園為帶狗前來的客人提供服務。

需要進城，或打算沿著真庭總計近 30 公里長的自行車道遊玩蒜山地區的話，可以在營地租借自行車。通往中蒜山頂的登山道（2.7 公里）起點就在鹽釜冷泉附近，那裡有分岔小道，向西通往上蒜山（1.6 公里），向東通往下蒜山（3.1 公里），露營者很方便就能走遍蒜山最著名的三大山峰。

<日本語仮訳>

ひるぜん塩釜キャンプヴィレッジ

ひるぜん塩釜キャンプヴィレッジは、中蒜山の麓にあるモダンなキャンプ&グランピングが楽しめる施設である。2018 年 7 月にオープンしたペットにやさしいこのレクリエーションエリアには、4 種類のキャンプ場が設けられ、それぞれ異なる贅沢さが味わえる。キャンプ場「A」には、設備が揃ったティピーテントやロッジ型テントが置かれており、地上でグランピングを楽しむことができる。一方、キャンプ場「D」には、支柱の上に建てられ、一部は木につるされた、広々とした家具付きのグランピング用の小屋がある。よりタフなアウトドア体験を求めるキャンパーを対象に、家具無しのテントが設置されたキャンプ場「C」、ごつごつした大きな岩が点在する草原で、道具を各自が持ち寄りたりレンタルしたりするなど、フリースタイルのキャンプが楽しめるキャンプ場「B」が用意されている。

施設内のショップでは、寝袋から調理器具、さらにはボードゲームや子どもが芝生で遊べるおもちゃまで、キャンプをするなら揃えておきたいあらゆる必需品がレンタルできる。また、ゲストはシャワーや洗濯設備を 24 時間利用することができる。さらに、飲み物や地元のジャージー牛ソーセージのような人気の食べ物も販売されており、単品でも、バーベキュー用の食材としても購入できる。塩釜レストランでは、名産のダイコンなど、蒜山で生産された農産物を使った料理が味わえる。塩釜堂という名のフードスタンドでは、スイーツ、かき氷、「日本名水百選」にも選ばれている塩釜冷泉の水を使った淹れたてのコーヒーが楽しめる。

キャンプ場の敷地内では、木陰の多い塩釜冷泉のほとりでのんびりしたり、木々の間に小屋やロープ、ブランコ、ネットが吊り下げられた、高さ 7メートルの 4 階建て木の上のアスレチックコースで平衡感覚や敏捷性を試したりすることができる。ペット連れの利用者向けに、ドッグランも用意されている。

レンタサイクルを利用すれば、真庭の全長約 30 キロの自転車用道路を通過して町に向かったり、蒜山エリアを周遊したりもできる。塩釜冷泉の近くには、中蒜山の山頂に続く登山口がある（2.7 キロ）。

その場所から西方向に上蒜山に続く分かれ道（1.6 キロ）が、東方向には下蒜山に続く分かれ道（3.1 キロ）があり、蒜山の最も有名な三峰すべてに容易にアクセスすることができる。

【タイトル】 蒜山のハイキングコース：中蒜山登山口

【想定媒体】 QR コード

<簡体字>

蒜山登山道：中蒜山登山口

从这个登山口可前往中蒜山（1123 米）、上蒜山（1202 米）和下蒜山（1100 米）的峰顶，这三座山峰被合称为“蒜山三座”。

这条山道沿着中蒜山南坡上行，海拔爬升高度约为 600 米。靠近顶峰的山脊线两侧散布着几片山毛榉树林。山道在达到峰顶前分出东西两条岔路。

沿西岔道登上中蒜山顶峰，向南可一览蒜山高原全景，向北则有日本海映入眼帘。如果遇上潮湿寒冷的天气，常常有浓重的雾气聚集在蒜山盆地低处，形成壮观的云海。这一段登山道单程 2.7 公里，耗时约 1.5~2 小时。

沿着山脊线往西继续走 1.6 公里，便可以抵达上蒜山山顶，路程约需 1 个小时。山道从上蒜山顶继续向西延伸，最终到达另一个登山口和停车场。沿着这条路，过了上蒜山顶后再走大约 0.5 公里，就能收获“大山”的绝美景色。这是一座巨大的休眠火山，位于毗邻的鸟取县境内。6 月，登山道沿途有淡粉色的日本百合开放。

如果在最初的分叉路口选择东行，花费 1.5~2 小时、穿越大约 3 公里的山路即可登上下蒜山顶。在那里，可将东侧的蒜山高原和隈笹矮竹原的全景风光尽收眼底。

<繁体字>

蒜山登山道：中蒜山登山口

從這個登山口可前往中蒜山（1123 公尺）、上蒜山（1202 公尺）和下蒜山（1100 公尺）的峰頂，這三座山峰被合稱為「蒜山三座」。

這條山道沿著中蒜山南坡上行，海拔爬升高度約為 600 公尺。靠近頂峰的山脊線兩側散佈著幾片山毛櫸樹林，山道在達到峰頂前分出東西兩條岔路。

沿西岔道登上中蒜山頂峰，向南可一覽蒜山高原全景，向北則有日本海映入眼簾。如果遇上潮濕寒冷的天氣，常常有濃重的霧氣聚集在蒜山盆地低處，形成壯觀的雲海。這一段登山道單程 2.7 公里，耗時約 1.5~2 小時。

沿著山脊線往西繼續走 1.6 公里，便可以抵達上蒜山山頂，路程約需 1 個小時。山道從上蒜山頂繼續向西延伸，最終到達另一個登山口和停車場。沿著這條路，過上蒜山頂後再走大約 0.5 公里，就能收穫「大山」的絕美景色。這是一座巨大的休眠火山，位於毗鄰的鳥取縣境內。6 月，登山道沿途有淡粉色的日本百合開放。

如果在最初的分叉路口選擇東行，花費 1.5~2 小時、穿越大約 3 公里的山路即可登上下蒜山頂。在那裡，可將東側的蒜山高原和隈笹矮竹原的全景風光盡收眼底。

<日本語仮訳>

蒜山のハイキングコース：中蒜山登山口

この登山口は、蒜山三座として知られる中蒜山（1,123m）、上蒜山（1,202m）、下蒜山（1,100m）の山頂につながっている。

登山道は、中蒜山の南側に沿っておよそ 600 メートルの標高を登る。山頂付近の稜線沿いには、ブナノキの森林区域が点在し、頂上の少し手前で道は東西に分岐する。

西の分かれ道はまず中蒜山の山頂に向かい、南には蒜山高原、北には日本海の絶景が広がっている。高温で冷涼な天候下では、濃い霧が蒜山盆地の標高が低い場所に集まり、雲海と呼ばれる印象的な景色が広がることもある。この片道 2.7 キロの区間をハイキングするには、1.5~2 時間を要する。

稜線に沿って西に 1.6 キロ進むと、およそ 1 時間で上蒜山の山頂に到着する。登山道はそこから西に続き、最終的に別の登山道の入口と駐車場につながる。その道を上蒜山の頂上を超えて約 0.5 キロ進むと、隣接する鳥取県の巨大な休火山、大山の絶景を楽しむことができる。6 月、登山道沿いでは、淡いピンク色のササユリが咲き誇る。

最初の分岐点を東に進んだ場合、下蒜山の山頂までのおよそ 3 キロメートルの行程に 1.5~2 時間かかる。ここでは、東面に広がる高原と笹原のパノラマが楽しめる。

【タイトル】 蒜山ハイキングコース

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

蒜山登山道

在蒜山高原徒步，能够尽览一望无际的草原和郁郁葱葱的森林风光，以及远处背景里大山隱岐国立公園的巍峨高山。

上蒜山（1202 米）、中蒜山（1123 米）和下蒜山（1100 米）被合称为“蒜山三座”，或简称为“蒜山”。一条 11 公里长的登山道串联起三座山峰，两处登山口分别设在西边的上蒜山和东边的下蒜山山脚，全程约需 7~8 小时。另一条通往中蒜山峰顶的路线要短一些，也更受欢迎，路线起点设在盐釜冷泉附近。沿这条山道登顶，单程大约需要 2 小时。上述三条登山道的海拔爬升高度都在 600 米上下。

在蒜山三座上居高远眺蒜山高原，景色十分壮美，晴朗的日子里还能望见北面的日本海。若是遇上潮湿寒冷的天气，便有可能看到浓重的山雾汇聚在蒜山盆地形成云海。每当这时，山谷被遮住，群峰自白色云海耸起，景象瑰奇壮丽。越过上蒜山顶，继续沿着山道向西走大约半公里，就是欣赏“大山”的最佳视角，这是一座巨大的休眠活火山，位于隔壁的鸟取县境内。

此外，蒜山三座的登山道在不同季节各有亮点，比如 5 月可以欣赏到拥有蜘蛛般紫色花朵的片栗花（猪牙花），6 月里有淡粉色的日本百合在绽放，夏日则可以沉浸于沙沙作响的隈笹矮竹原，享受日本原野的典型风情。

<繁体字>

蒜山登山道

在蒜山高原徒步，能够尽览一望无际的草原和郁郁葱葱的森林风光，远处更有大山隱岐国立公園的巍峨高山交相辉映。

上蒜山（1202 公尺）、中蒜山（1123 公尺）和下蒜山（1100 公尺）被合称为「蒜山三座」，或直接称「蒜山」。一条 11 公里长的登山道串联起三座山峰，两处登山口分别设 在西边的上蒜山和东边的下蒜山山脚，全程约需 7~8 小时。另一条通往中蒜山峰顶的路线要短一些，也更受欢迎，路线起点设在盐釜冷泉附近。沿这条山道登顶，单程大约需要 2 小时。上述三条登山道的海拔爬升高度都在 600 公尺上下。

在蒜山三座上居高远眺蒜山高原，景色十分壮美，晴朗的日子裡还能望见北面的日本海。若是遇上潮湿寒冷的天气，便有可能看到浓重的山雾彙聚在蒜山盆地裡形成云海。每當這時，山谷被遮住，群峰自白色雲海中聳起，景象瑰奇壯麗。越过上蒜山顶，继续沿著

山道向西走大約半公里，就是欣賞「大山」的最佳視角，這是一座巨大的休眠活火山，位於旁邊的鳥取縣境內。

此外，蒜山三座的登山道在不同季節各有亮點，比如 5 月可以欣賞到擁有蜘蛛般紫色花朵的片栗花（豬牙花），6 月裡有淡粉色的日本百合在綻放，夏日則可以沉浸於沙沙作響的隈笹矮竹原，享受日本原野的典型風情。

<日本語仮訳>

蒜山ハイキングコース

蒜山高原のハイキングでは、大山隠岐国立公園の雄大な山々を背景に、広大な草原と木々が生い茂る森を展望できる。

上蒜山（1,202m）、中蒜山（1,123m）、下蒜山（1,100m）の 3 つの山を総称して蒜山三座、またはシンプルに蒜山と呼ばれる。11 キロの登山道が 3 つの山頂を縦断しており、西は上蒜山、東は下蒜山の麓に登山口がある。ハイキングは全行程で 7～8 時間かかる。塩釜冷泉近くにある 3 番目の登山口から中蒜山のみに登るコースは、所要時間も短く人気である。このルートは登山口から山頂まで、およそ 2 時間。どのコースも、およそ 600 メートルの標高を登ることになる。

蒜山三座からは蒜山高原の素晴らしい眺めを堪能でき、晴れた日には、北に日本海を望むことができる。高湿で冷涼な天候下では、濃い山霧が蒜山盆地に集まり、雲海と呼ばれる現象が起きることがある。このような時には、谷は隠れ、周囲の峰が白い雲の海から不気味にそそり立つ。上蒜山の山頂から西に登山道をおよそ半キロメートル進むと、隣接する鳥取県の巨大な休火山、大山の見事な眺めが広がる。

蒜山三座の登山道では、その他にも 5 月には蜘蛛のような紫の花をつけるカタクリ、6 月には淡いピンク色のササユリ、そして夏には日本の原野の典型的なイメージでもある、サラサラと音を立てる笹原など、四季折々の風景を楽しむことができる。

【タイトル】 三平山ハイキングコース

【想定媒体】 QR コード

<簡体字>

三平山登山道

这条环形登山道在抵达三平山的山顶后绕回起点，全程 4.5 公里，不用 2 小时即可走完。登山者也可以直接在山顶原路折返，这样行程时间可以缩短到 80 分钟左右。山道全程坡度平缓，海拔落差仅在 300 米左右，且经过整修，适合大多数年龄层和各种经验级别的徒步者行走，深受亲子家庭以及入门级登山爱好者的欢迎。

三平山（1010 米）横跨鸟取和冈山两县边界，能将大山隐岐国立公园的景色尽收眼底。从山顶往北眺望，登山者可以看到中国地方*的最高峰“大山”（1729 米）。东北方是“蒜山三座”的三座山峰组成的独特天际线。正东则是绵延起伏的蒜山高原和蒜山盆地，以及地处它们怀抱之中的真庭市。

山道穿越针叶林和栎木林，一年四季都有美丽的草木风光令登山者赏心悦目。三平山的峰顶和南坡上有大片隈笹矮竹原和荻草草原。

1898 年，日本军方在蒜山圈出 23 平方公里草原，用于饲养和训练军马。如今在蓬勃高大的草丛之下，依然能找到掩藏其中的残垣断墙。这些土墙当年是为了防止珍贵的军马循着山道走失而建。

※中国地方：日本本州西部地区名，包括鸟取、岛根、冈山、广岛、山口五县。

<繁体字>

三平山登山道

這條環形登山道在抵達三平山的山頂後繞回起點，全程 4.5 公里，不用 2 小時即可走完。登山者也可以直接在山頂原路折返，這樣行程時間可以縮短到 80 分鐘左右。山道全程坡度平緩，海拔落差僅在 300 公尺左右，且經過修整，適合大多數年齡層和各種經驗級別的徒步者行走，深受親子家庭以及入門級登山愛好者的歡迎。

三平山（1010 公尺）橫跨鳥取和岡山兩縣邊界，能將大山隱岐國立公園的景色盡收眼底。從山頂往北眺望，登山者可以看到中國地方*的最高峰「大山」（1729 公尺）。東北方是「蒜山三座」的三座山峰組成的獨特天際線。正東則是綿延起伏的蒜山高原和蒜山盆地，以及地處它們懷抱之中的真庭市。

山道穿越針葉林和橡木林，一年四季都有美麗的草木風光令登山者賞心悅目。三平山的峰頂和南坡上有大片隈笹矮竹原和荻草草原。

1898 年，日本軍方在蒜山圈出 23 平方公里草原，用於飼養和訓練軍馬。如今在蓬勃高大的草叢之下，依然能找到掩藏其中的殘垣斷牆。這些土牆當年是為了防止珍貴的軍馬循著山道走失而建。

※中國地方：日本本州西部地區名，包括鳥取、島根、岡山、廣島、山口五縣。

<日本語仮訳>

三平山ハイキングコース

この周回ハイキングコースは、三平山の山頂に到達したのち元の地点に戻ってくる、所要時間 2 時間弱、距離にして 4.5 キロのルートである。山頂から元来た道を引き返すことも可能で、その場合の所用時間はおよそ 80 分。標高差は 300 メートルと緩やかであることと、登山道がきちんと整備されていることから、経験値のハイカーはもちろんのこと、お子様連れや初心者など、このハイキングコースは幅広い年代に適している。

三平山（1,010m）は鳥取県と岡山県の県境にまたがり、大山隠岐国立公園を一望できる。山頂から北方向には、中国地方※の最高峰である大山（1,729m）を望む。北東には、蒜山三座の 3 つの峰が織りなす、独特の稜線が見られる。真東には、なだらかな起伏のある蒜山高原と蒜山盆地が、真庭市を包み込むように悠然と広がっている。

針葉樹や檜の森を抜ける登山道は、四季折々の美しい葉の色で、ハイカーを楽しませる。三平山の山頂と南側は、笹とすすきの広い野原に覆われている。

1898 年、日本軍は、乗用馬の育成、訓練のため、蒜山の草原 23 平方キロメートルを塙で囲った。登山道の所々に、この貴重な軍馬の脱走を阻止した土壁の名残りがあるが、そのほとんどは、背の高い草に隠れている。

※中国地方：鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県を含む、日本の本州西部を占める地域。

【タイトル】 三平山ハイキングコース

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**三平山登山道**

这条 4.5 公里长的登山道通往三平山峰顶，是蒜山高原最热门的徒步线路之一。山道沿途可欣赏到本地区最美的全景景观，全程坡度平缓，海拔落差在 300 米左右，加上道路经过整修，适合大多数年龄层和各种经验级别的徒步者行走，深受亲子家庭以及入门级登山爱好者的欢迎。

三平山（1010 米）横跨鸟取、冈山两县边界，占据着可鸟瞰大山隐岐国立公园南部美景的有利地势。从山顶往北眺望，能看见巨大的休眠火山“大山”（1729 米），它是中国地方*的最高峰。东方是绵延起伏的蒜山高原，东北方则是“蒜山三座”的三座山峰组成的独特天际线。

登山道沿途地貌景色丰富，其中还有针叶林和栎木林。三平山顶附近的山坡上有大片隈笹矮竹原和荻草原。秋季，荻草穗头在风中摇曳，是令人难忘的景象。

1898 年，日本军方选中这里饲养和训练军马。他们圈出 23 平方公里草原，并在周围筑起了全长 56 公里的土墙，其中有 46 公里留存至今，在山顶附近的登山道旁便能看到好几段残垣断壁。

从登山口附近的停车场开始，一条标记清晰的环形路线向着西北方一直爬升至山顶，然后折转向下，途中经过穴之吡（音“盖”）山口。整个环线只需不到 2 小时即可走完。来访者也可以在抵达山顶后原路折返，这样行程时间可以缩短到 80 分钟左右。

※中国地方：日本本州西部地区名，包括鸟取、岛根、冈山、广岛、山口五县。

<繁体字>**三平山登山道**

這條 4.5 公里長的登山道通往三平山峰頂，是蒜山高原最熱門的徒步線路之一。山道沿途可欣賞到當地區最美的全景景觀，全程坡度平緩，海拔只有 300 公尺左右，加上道路經過修整，適合大多數年齡層和各種經驗級別的徒步者行走，深受親子家庭以及入門級登山愛好者的歡迎。

三平山（1010 公尺）橫跨鳥取、岡山兩縣邊界，佔據著可鳥瞰大山隱岐國立公園南部美景的有利地勢。從山頂往北眺望，能看見巨大的休眠火山「大山」（1729 公尺），它是

中國地方[※]の最高峰。東方は綿延起伏の蒜山高原、東北方則是「蒜山三座」の三座山峰組成的獨特天際線。

登山道沿途地貌景色豐富，其中還有針葉林和橡木林。三平山頂附近的山坡上有大片隈笹矮竹原和荻草原。秋季，荻草穗頭在風中搖曳，是令人難忘的景象。

1898 年，日本軍方選中這裡飼養和訓練軍馬。他們圈出 23 平方公里草原，並在周圍築起了全長 56 公里的土牆，其中有 46 公里留存至今，在山頂附近的登山道旁便能看到好幾段殘垣斷壁。

從登山口附近的停車場開始，一條標記清晰的環形路線向著西北方一直爬升至山頂，然後折轉向下，途中經過穴之岨（音「蓋」）山口。整個環線只需不到 2 小時即可走完。遊客也可以在抵達山頂後原路折返，這樣行程時間可以縮短到 80 分鐘左右。

※中國地方：日本本州西部地區名，包括鳥取、島根、岡山、廣島、山口五縣。

<日本語仮訳>

三平山ハイキングコース

三平山の山頂へ向かう 4.5 キロの登山道は、蒜山高原で最も人気が高いハイキングコースの 1 つである。このハイキングコースは標高差が約 300 メートルと緩やかであることと、登山道がきちんと整備されていることから、経験値のハイカーはもちろんのこと、お子様連れや初心者など、幅広い年代に適しており、この地域で最高のパノラマビューを堪能できる。

鳥取県と岡山県の県境にまたがる三平山（1,010m）は、大山隠岐国立公園の南のエリアを見下ろす絶景スポットとなっている。山頂から北の方角には、中国地方[※]の最高峰、巨大な休火山である大山（1,729m）を望むことができる。東と北東の方角には、なだらかな起伏のある蒜山高原と、「蒜山三座」のこぶのある独特な稜線が見える。

登山道は、針葉樹や檜の森など、さまざまな豊かな景色の中を通過する。三平山の山頂付近では、笹とすすきの広い野原が斜面を覆っている。すすきの穂が秋風の中でさざ波のように揺れる様子は、その季節ならではの心に残る光景である。

1898 年、日本軍はこの野原を馬の育成、訓練に利用し、23 平方キロメートルの牧草地を全長 56 キロの土壁で囲った。このうち 46 キロが現存しており、一部は山頂付近の道沿いに続いている。

登山口近くの駐車場から北西に標識がよく整備された周回ルートを手頂まで登り、穴ヶ岨ルートを通って下山すると 2 時間弱かかるが、山頂から元来た道に戻るだけでもよい。その場合、所要時間はおよそ 80 分に短縮される。

※中国地方：鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県を含む、日本の本州西部を占める地域。

【タイトル】大宮踊

【想定媒体】WEB・パンフレット

<簡体字>

大宮踊

传统舞蹈“大宮踊”（大宮舞）是真庭市盂兰盆节庆典仪式中重要的演出环节。盂兰盆节是佛教节日，据说先祖们的灵魂会在这期间暂归人世。

每年夏天，日本全国各地都会举行为期三天的盂兰盆节，这是日本文化活动中最盛大的节日之一。子女要从各地回乡与家人聚餐，并一同到家族墓地祭拜。盂兰盆节通常在一场热闹的集体舞“盆舞”中落幕，以此表达对祖先之灵归家的欢迎。伴随着铿锵有力的太鼓鼓点和你来我往的诵唱，整个舞蹈往往声势浩大。

然而，真庭市的盆舞却与其他地方不同，格外收敛、庄重。这里的盆舞被称为“大宮踊”，舞步、动作都舒缓、精确，只用轻快的诵唱和一个手鼓作为伴奏。相传，大宮踊舞者的手姿和前后来回移动的舞步，是模仿狐狸机敏警戒的模样。在日本，狐狸被视为雨水与丰收的象征，对于农耕社会来说，这两者都非常重要。

舞蹈与丰产之间的联系并不仅限于农业。自古以来，大宮踊始终也是整个蒜山地区年轻人之间相识、相恋的机会，在舞会上结识的爱侣往往都会结婚生子，维系社区的下一代。大宮踊里有一个与众不同的部分淋漓展现了繁衍后代的渴望：两名舞者一个手持研磨芝麻的钵，另一个拿着木杵，用它们代表人体器官，模拟男女交合。除了帮助有情人缔结姻缘之外，这个节日也是道德约束较为松弛的时候。节日期间允许自由恋爱，若在这几天里怀孕，无论母亲的婚姻状态如何，都值得祝福。

7、8 两月间，会有多次大宮踊舞蹈活动分别在全市各个地方上演。不同街区的舞步有细微的区别，目光敏锐的本地人根据某人表演的大宮舞版本，就能判断其居住在哪个社区。8 月 15 日，重头大戏在福田神社上演，最后一场烟火表演把节日带向高潮。这座神社又被称为“大宮様”（ōmiya-sama），正是“大宮踊”之名的由来。神社中心区域的前方有一个带屋顶的舞蹈场地，拥有这样特征的建筑如今已经很少见了。在全年的大部分时间里，这里都是祈祷和向赛钱箱（功德箱）投掷硬币的场所。可每到这个节日，人们就会将赛钱箱移开，为大宮踊腾出场地。

大宮踊表演的另一大重要场所，是一座名叫“吉森堂”的小木殿。舞者在有着 400 多年历史的阿弥陀佛木像的注视下翩然起舞。殿后及其右边（新建仓库对面）有一片坟墓，其中最古老的应该可以追溯到公元 14 世纪早期。它们的存在证明了这个神圣场所的悠久历史。

另外，大宮踊还有一个独特之处——シリゲ(shirige)。这是一种剪纸装饰，悬挂在舞蹈场地上方的长方形大灯笼底部。这些手工制作的和纸被精心剪刻成各种形象，有构图简单的水果、蔬菜，也有精致到堪比浮世绘大师作品的和服妇女和风景。这些精巧的艺术品多在冬季创作，漫天风雪之中，人们更乐于想象温暖的季节与欢乐的节日。来访者全年都可以在蒜山乡土博物馆欣赏到许多精美的剪纸作品和大宮踊视频。

大宮踊的确切起源与时间已经无从确认，但与古代宫廷舞蹈的相似性足以证明，这种舞蹈至少已有千年以上的历史。真庭市四面高山环绕，直到最近在地理上几乎还是与世隔绝，所以这里的大宮踊才能被原汁原味地传承了数个世纪。1997年，鉴于其独特的地域特色，以及作为现代盆舞先驱的渊源，大宮踊被指定为国家重要非物质民俗文化财产。

<繁体字>

大宮踊

傳統舞蹈「大宮踊」（大宮舞）是真庭市盂蘭盆節慶典儀式中重要的演出環節。盂蘭盆節是佛教節日，據說祖先們的靈魂會在這期間暫歸人世。

每年夏天，日本全國各地都會舉行為期三天的盂蘭盆節，這是日本文化活動中最盛大的節日之一。子女要從各地返鄉與家人聚餐，並一同到家族墓地祭拜。盂蘭盆節通常在一場熱鬧的集體舞「盆舞」中落幕，以此表達對祖先之靈歸家的歡迎。伴隨著鏗鏘有力的太鼓鼓點和你來我往的誦唱，整個舞蹈往往聲勢浩大。

然而，真庭市的盆舞卻與其他地方不同，格外收斂、莊重。這裡的盆舞被稱為「大宮踊」，舞步、動作都舒緩、精確，只用輕快的誦唱和一個手鼓作為伴奏。相傳，大宮踊舞者的手姿和前後來回移動的舞步，是模仿狐狸機敏警戒的模樣。在日本，狐狸被視為雨水與豐收的象徵，對於農業社會來說，這兩者都非常重要。

舞蹈與豐產之間的聯繫並不僅限於農業。自古以來，大宮踊始終也是整個蒜山地區年輕人之間相識、相戀的機會，在舞會上結識的愛侶往往都會結婚生子，維繫社區的下一代。大宮踊裡有一個與眾不同的部分淋漓展現了繁衍後代的渴望：兩名舞者一個手持研磨芝麻的鉢，另一個拿著木杵，用它們代表人體器官，模擬男女交合。除了幫助有情人締結姻緣之外，這個節日也是道德約束較為鬆弛的時候。節日期間允許自由戀愛，如果在這幾天裡懷上孩子，無論母親的婚姻狀態如何，都值得祝福。

7、8兩月間，會有多次大宮踊舞蹈活動分別在全市各個地方上演。不同街區的舞步有細微的區別，目光敏銳的當地人根據某人表演的大宮舞版本，就能判斷他住在哪一帶。8月15日，重頭大戲在福田神社上演，最後一場煙火表演把節日帶向高潮。這座神社又被稱為「大宮樣」（ōmiya-sama），正是「大宮踊」之名的由來。神社中心區域的前方有一個帶屋頂的舞蹈場地，擁有這樣特徵的建築如今已經很少見了。在全年的大部分時間裡，這裡都是祈禱和向賽錢箱（功德箱）投擲硬幣的場所。可每到這個節日，人們就會將賽錢箱移開，為大宮踊騰出場地。

大宮踊表演的另一大重要場所，是一座名叫「吉森堂」的小木殿。舞者在有著 400 多年歷史的阿彌陀佛木像的注視下翩然起舞。殿後及其右邊（新建倉庫對面）有一片墳墓，其中最古老的應該可以追溯到西元 14 世紀早期。它們的存在證明了這個神聖場所的悠久歷史。

另外，大宮踊還有一個特別之處——シリゲ（shirige）。這是一種剪紙裝飾，懸掛在舞蹈場地上方的長方形大燈籠底部。這些手工製作的和紙被精心剪刻成各種形象，有構圖簡單的水果、蔬菜，也有精緻到堪比浮世繪大師作品的和服婦女和風景。這些精巧的藝術品多在冬季創作，漫天風雪之中，人們更樂於想像溫暖的季節與歡樂的節日。遊客全年都可以在蒜山郷土博物館欣賞到許多精美的剪紙作品和大宮踊影片。

大宮踊的確切起源與時間已經無從確認，但與古代宮廷舞蹈的相似性足以證明，這種舞蹈至少已有千年以上的歷史。真庭市四面高山環繞，直到最近在地理上幾乎還是與世隔絕，所以這裡的大宮踊才能被原汁原味地傳承了數個世紀。1997 年，鑒於其獨特的地域特色，以及作為現代盆舞先驅的淵源，大宮踊被指定為國家重要非物質民俗文化財產。

<日本語仮訳>

大宮踊

大宮踊は、真庭のお盆の中心となる伝統的な踊りである。お盆とは、先祖の霊が現世に戻って来ると言われる仏教の祭日のこと。

毎年夏に 3 日間全国で行われるお盆は、文化的行事の中で最大の祭日の一つであり、子どもたちは帰省し、家族と一緒に食卓を囲み、墓参りをする。お盆は、帰って来た先祖の霊を迎える賑やかな盆踊りで締めくくられることが多い。太鼓を鳴り響かせ、声の掛け合いを特徴とする盆踊りは、通常、威勢の良い行事である。

しかし、真庭の盆踊りは他の地域と異なり、控えめで厳かだ。大宮踊と呼ばれるこの踊りは、ゆっくりとした正確な動きが特徴で、軽やかな唄と、手持ち太鼓ひとつのみが登場する。踊り手の手の位置や、前後に踏むステップは、用心深い狐の動きを模したものとされている。日本では、狐は、雨と豊作のシンボルとみなされており、これらのどちらも農村にとっては非常に重要な要素である。

この踊りが豊作につながるというのは、農業に限った話ではない。大宮踊は昔から蒜山の若者の出会いの機会ともなっており、ここでの出会いが結婚につながり、次の世代に地域社会を支えてくれる子どもが生まれることも多かった。子孫繁栄への願いは、踊りの独特なひとコマ明確に示されている。2 名の演者のうち 1 人がゴマをすりつぶすためのすり鉢を、もう 1 人が木製のすりこぎを持ち、性器に見立てることで、男女和合を表現する。この祝祭は、結婚を促す役目を果たす以外に、習律が緩む期間でもあり、祭りの間は自由恋愛が許された。この期間に子どもを身ごもった場合には、母親に配偶者が居ても居なくても、母親への祝福と考えられていた。

大宮踊は、町中のあちこちで 7 月と 8 月に数日間実施される。踊りの動きは地区により少しずつ異なるため、鋭い目を持つ地元民であれば、どの種類の大宮踊なのか、見るだけでその人の住む場所を言い当てることができる。8 月 15 日に福田神社で行われるメインイベントは、打ち上げ花火で締めくくられる。この神社は「大宮様」とも呼ばれ、これが大宮踊の名前の由来である。この神社の中心部の

前方には、屋根付きの踊り場がある。この種の建築の現存例としては、まれなものである。ここは一年の大半の期間は、参拝客が賽銭箱にお賽銭を投げ入れる場所となっているが、お祭りの期間中は、賽銭箱は取り払われ、踊り手のための場所となる。

大宮踊のもう 1 つの重要な開催地は、「吉森堂」と呼ばれる木造の小さなお堂である。400 年前に作られた木造の阿弥陀仏像が見守る中、踊りが踊られる。お堂の後方と右手（新しい倉庫の反対側）にはお墓がひっそりと並んでおり、最も古いものは 14 世紀初期のものと考えられる。その墓が、この場所が長らく神聖な場所であり続けてきたことを物語っている。

他に、大宮踊のユニークな特徴として、シリゲ（Shirige）が挙げられる。シリゲは、紙を切抜いて作った装飾品で、踊り場の上に吊るされた長方形の大きな提灯の底からぶら下がっている。手漉きの和紙を丹精込めて切ったもので、果物や野菜などの単純なデザインから、浮世絵師の作品に匹敵するような、着物の女性や風景を表現した精巧なものまで、様々な種類がある。こうした繊細な芸術品は、雪に閉ざされた地元の人々が、暖かな天気や陽気なお祭りの時期を夢想しながら作られることが多い。シリゲの美しい作品の数々や大宮踊の動画は、蒜山郷土博物館で年中観覧することができる。

大宮踊の起源に関する正確な情報は不明だが、古代の朝廷の踊りと類似していることから、1,000 年以上の歴史があると考えられる。四方を山に囲まれた真庭は、ごく最近まで地理的に孤立していたため、この盆踊りは何世紀もの間、そのまま伝承されてきた。1997 年、大宮踊はその特有の地域性と、現代の盆踊りの先駆けとしての役割が評価され、重要無形民俗文化財に指定された。

【タイトル】 蒜山の乳製品

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

蒜山乳製品

蒜山是日本最大的泽西牛繁育地。这个品种的奶牛主要用于产出牛奶，而蒜山也作为美味的乳制品产地，赢得了广泛的赞誉。

1954年，为了充分开发蒜山地区不适宜耕作的半天然草地，当地从新西兰引进了一批泽西奶牛。人们更熟悉的也许是黑白相间的荷兰奶牛，泽西奶牛体型只有前者的三分之二左右，产奶量差不多也是荷兰奶牛的三分之二。泽西牛所需饲料比大型荷兰牛少，并且它们吃下的饲料能更有效地转化为牛奶，而非体重增长。高投入产出比、健壮的体格，再加上温和的性情，使得泽西奶牛成为了蒜山创建并发展乳业的理想选择。如今这里共饲养大约2000头泽西奶牛。

泽西牛奶的乳脂肪成分接近5%，与荷兰牛奶的大约4%相比，前者更加浓郁醇厚。除了钙质和维生素，泽西牛奶的乳脂肪里还富含抗氧化物β胡萝卜素，因此蒜山牛奶呈浅浅的淡黄色泽，使之获得了“黄金奶”的美名。此外，泽西牛奶的蛋白质和脱脂固形物含量也略高，令其拥有更加浓稠的质感。

这些奶牛通常在山间草地上放牧，因此产出的牛奶也体现了本地风味。“本地风味”这个词通常用在葡萄酒的描述中，主要表示一个地区的土壤、地形、气候等各方面因素对产品口味所产生的综合性影响。新鲜牛奶、软冰淇淋、酸奶、手工奶酪……来访者可以在许多本地乳制品中感受到这种独特的蒜山风味。各类旅游设施、超市、便利店和住宿地通常都供应相关乳制品。有的小型生产商会在路边竖起招牌，直销给过往的旅行者。

<繁体字>

蒜山乳製品

蒜山是日本最大的澤西牛繁育地。這個品種的乳牛主要用於產出牛奶，而蒜山也作為美味乳製品的產地，贏得了廣泛讚譽。

1954年，為了充分開發蒜山地區不適合耕作的半天然草地，當地從紐西蘭引進了一批澤西乳牛。人們更熟悉的也許是黑白相間的荷蘭乳牛，澤西乳牛體型只有前者的三分之二左右，產奶量差不多也是荷蘭乳牛的三分之二。澤西牛所需飼料比大型荷蘭牛少，並且牠們吃下的飼料能更有效地轉化為牛奶，而非體重增長。高資本產出比、健壯的體格，再加

上溫和的性情，使得澤西乳牛成為了蒜山發展酪農業的理想選擇。如今這裡共飼養大約2000頭澤西乳牛。

澤西牛奶的乳脂肪成分接近5%，與荷蘭牛奶的4%左右相比，前者更加濃郁醇厚。除了鈣質和維生素，澤西牛奶的乳脂肪裡還富含抗氧化物β胡蘿蔔素，因此蒜山牛奶呈淺淺的淡黃色澤，使之獲得了「黃金奶」的美名。此外，澤西牛奶的蛋白質和脫脂固形物含量也略高，令其擁有更加濃稠的質感。

這些乳牛通常在山間草地上放牧，因此產出的牛奶也體現了在地風味。「在地風味」這個詞通常用在葡萄酒的描述中，主要表示一個地區的土壤、地形、氣候等各方面因素對產品口味所產生的綜合性影響。新鮮牛奶、霜淇淋、優酪乳、手工起司……遊客可以在許多當地乳製品中感受到這種獨特的蒜山風味。各類景點、超市、便利商店和旅館通常都提供相關乳製品。有的小工廠會在路邊豎起招牌，直接賣給路過的遊客。

<日本語仮訳>

蒜山の乳製品

蒜山は、日本最大のジャージー牛の生産地である。主に牛乳を生産するこの乳牛のおかげで、蒜山はおいしい乳製品の生産地として、高く評価されている。

1954年、農作に不適合とされた蒜山の半自然草地を利用すべく、ニュージーランドからジャージー牛の群れが輸入された。ジャージーは、おなじみの白黒模様の乳用種であるホルスタインのおよそ3分の2の大きさだが、その大きさに比例する量のミルクを生産している。ジャージーはまた、大型のホルスタインと比べて必要とする飼料が少なく、摂取した飼料を、体重を増やすよりも高い割合でミルクに変換することができる。その丈夫さと従順な気質に加え、効率的にミルクを生産できることから、ジャージー牛は蒜山の酪農業の確立をはかる上で理想的だった。現在、およそ2,000頭のジャージー牛が飼育されている。

ジャージー牛乳の乳脂肪分は5パーセント近くで、およそ4パーセントのホルスタインと比較して非常に濃厚な味わいを楽しめる。脂肪には、カルシウムやタミンに加え、高い水準の抗酸化物質、ベータカロチン含有しているため、蒜山の牛乳はごく淡い黄色の色合いをしており、「ゴールデンミルク」とも呼ばれている。また、ジャージー牛乳は、タンパク質と無脂固形分がやや多いなど、組成における濃度が全体的に高くなっている。

この乳牛は、主に山の草地で放牧されるため、ミルクの味もまた、地域のテロワールを反映したものになる。テロワールは、ワイン用のブドウに使用されることが多い用語で、土壌、地形、気候の組み合わせが生産物の味に与える影響を指している。この蒜山独自の特徴は、新鮮なミルク、ソフトクリーム、ヨーグルト、職人技のチーズなど、多くの地元の乳製品を通して味わうことができる。こういった製品は、観光施設、スーパーマーケット、コンビニ、宿泊施設において、広く販売されている。また、一部の小規模の生産者は、道路脇に看板を出し、通りすがりの旅行者に向けた直接販売を行っている。

【タイトル】 蒜山の土壤

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

蒜山の土壤

蒜山的生活，大多与土壤有关。

这个地区的土壤主要是一种名叫“火山灰土”的黑色火山土，本地方言称“黒ぼこ”(kuroboko)，意思是黑疙瘩。火山灰土颜色暗沉，质地疏松多孔，由火山灰、凝灰岩和浮石等火山喷发物构成。此外，它的铝含量很高，以至于土壤中含有的磷酸盐很难被溶解。喜爱园艺的人都知道，磷酸盐是植物生长所需的重要矿物质之一，不易溶解，也就意味着农作物无法从火山灰土构成的土壤中吸收到足够的磷酸盐。因此，蒜山的土壤条件长久以来都被认定为不适合开展农业。

在二战后粮食匮乏的年代里，日本发起了全国性的农地开垦运动，磷酸盐肥料也开始投入大量生产。火山灰土原本就兼具良好的透气性和保水性，而且土质松软，易于耕种。人们通过定向施肥解决了磷酸盐的吸收问题后，蒜山的土地变成了理想的农田。

这里的黑疙瘩土特别适合种植口味清淡的大根，这种白萝卜在日本广受欢迎。大根的周长介于10~15厘米之间，长度可达60厘米，深深地扎在土地里，是名副其实的“大根”。蒜山松软的土壤能让大根长得笔直且周正，而土壤中蕴含的矿物质和水分则确保了它们能够兼具丰富的营养和脆嫩多汁的口感。在日本，食材的品相与风味常常同样重要，“蒜山大根”这个品牌因此广受欢迎。造访真庭的旅行者可以在“风之家”买到这种萝卜。风之家是分布在全国各地公路旁的“道之站”连锁店之一，各地的道之站均有当地农作物和土特产品出售。

硅藻土也是蒜山土壤名气的一大来源。这是由一种微型浮游植物“硅藻”的化石形成的沉积土层，富含二氧化硅。大约50万年前，火山岩屑崩塌堵塞了河道，洪水淹没了该地区，最终在蒜山盆地形成了一个堰塞湖。生活在湖水中的硅藻死去后，尸骸沉到湖底，渐渐形成了一个将近100米厚的沉积层。

硅藻土具备重量轻、疏松多孔等特点，因此被广泛应用于绝缘隔热材料、牙膏研磨剂、有机杀虫剂、酿造以及食品加工过滤装备等产品的加工制造中。随着蒜山硅藻土中提取的二氧化硅在日本海内外得到广泛使用，硅藻土开采本身也成为了本地的一大主要产业。

硅藻土在蒜山的许多手工艺品制作和本地商业中也占有一席之地。比如，真庭的手工匠人会制作一种被称为“乡原漆器”的特殊漆器，制作过程中，有一个步骤是抛光木头表面，以备上漆。工匠们都以使用本地原材料为傲，因此，这一步自然也就使用硅藻土来替代砂纸。

另一个扎根于蒜山土壤的特殊产业，就是选用本地产的葡萄酿造葡萄酒。这种葡萄被称为“山葡萄”(Vitis coignetiae)，是本地特有野生品种，生长在周边的高山上。蒜山葡萄酒厂花了10余年时间来选育最甘甜的葡萄植株，进而酿造出酒厂如今仍在出品的各种山葡萄酒、利口酒、果汁和果酱。而酒厂发酵桶中的过滤工作，也是由本地硅藻土担纲完成的。

通过地质活动和人类智慧的结合，蒜山高原的肥沃土壤为实现当地社会繁荣提供了坚实的基础。

<繁体字>

蒜山的土壤

蒜山的生活，大多與土壤有關。

這個地區的土壤主要是一種名叫「火山灰土」的黑色火山土，當地方言稱「黒ぼこ」(kuroboko)，意思是黑疙瘩。火山灰土顏色暗沉，質地疏鬆多孔，由火山灰、凝灰岩和浮石等火山噴發物組成。此外，它的鋁含量很高，以至於土壤中含有的磷酸鹽很難被溶解。喜愛園藝的人都知道，磷酸鹽是植物生長所需的重要礦物質之一，不易溶解，也就意味著農作物無法從火山灰土組成的土壤中吸收到足夠的磷酸鹽。因此，蒜山的土壤條件長久以來都被認為不適合農耕。

在二戰後糧食匱乏的年代裡，日本發起了全國性的農地開墾運動，這導致磷酸鹽肥料也開始大量生產。火山灰土原本就兼具良好的透氣性和保水性，而且土質鬆軟，易於耕種。人們透過特定的肥料解決了磷酸鹽的吸收問題，蒜山的土地變成了理想的農田。

這裡的黑疙瘩土特別適合種植口味清淡的大根，這種白蘿蔔在日本廣受歡迎。大根的周長介於10~15公分之間，長度可達60公分，深深地紮在土地裡，是名副其實的「大根」。蒜山鬆軟的土壤能讓大根長得筆直且周正，而土壤中蘊含的礦物質和水分則確保它們能夠兼具豐富的營養和脆嫩多汁的口感。在日本，食材的品相與風味常常同樣重要，「蒜山大根」這個品牌因此廣受歡迎。造訪真庭的旅行者可以在「風之家」買到這種蘿蔔。風之家是分佈在全國各地公路旁的「道之站」連鎖店之一，各地的道之站均有當地農作物和土特產品出售。

矽藻土也是蒜山土壤名氣的一大來源。這是由一種微型浮游植物「矽藻」的化石形成的沉積土層，富含二氧化矽。大約50萬年前，火山岩屑崩塌堵塞了河道，洪水淹沒了該地區，最終在蒜山盆地形成了一個堰塞湖。生活在湖水中的矽藻死去後，屍骸沉到湖底，漸漸形成了一個將近100公尺厚的沉積層。

矽藻土具備重量輕、疏鬆多孔等特點，因此被廣泛使用於絕緣隔熱材料、牙膏研磨劑、有機殺蟲劑、釀造以及食品加工過濾裝備等產品的加工製造中。隨著蒜山矽藻土中提取的二氧化矽在日本海內外得到廣泛使用，矽藻土開採本身也成為了當地的一大主要產業。

矽藻土在蒜山的許多手工藝品製作和當地商業中也佔有一席之地。比如，真庭的手工藝匠人會製作一種被稱為「鄉原漆器」的特殊漆器，製作過程中，有一個步驟是拋光木頭

表面，以備上漆。工匠們都以使用當地原材料為傲，因此，這一步自然也就使用矽藻土來替代砂紙。

另一個紮根於蒜山土壤的特殊產業，就是選用當地產的葡萄釀造葡萄酒。這種葡萄被稱為「山葡萄」（*Vitis coignetiae*），是當地特有野生品種，生長在周邊的高山上。蒜山葡萄酒廠花了 10 餘年時間來選育最甘甜的葡萄植株，進而釀造出如今仍在出品的各種山葡萄酒、香甜酒、果汁和果醬。而酒廠發酵桶中的過濾工作，就是由當地矽藻土擔綱完成的。

藉由地質活動和人類智慧的結合，蒜山高原的肥沃土壤為實現當地繁榮打下了厚實的基礎。

<日本語仮訳>

蒜山の土壤

蒜山の生活を掘り下げてみると、多くがその土壤に行き着く。

この地域の土の大部分は、「アンドソル」として知られる黒い火山性土壤の一種で、地元の方では「黒ぼこ」と呼ばれる。灰、凝灰岩、軽石などの火山噴出物に由来するアンドソルは、暗黒色で、多孔性に富む。また、アルミニウムの含有率が高く、土壤に存在するリン酸塩を不溶化する。園芸家には周知の事実であるが、リン酸塩は植物の成長に欠かせない重要なミネラルのひとつである。アンドソルでは、天然のリン酸塩が不溶化するため、農作物は土壤から十分なリン酸塩を吸収することができない。このため、蒜山の土壤は農業には不向きであるとされてきた。

しかし、第二次世界大戦後の食糧難の時代に、より多くの土地を農業として活用するよう、全国的な取り組みが実施された。その結果、リン酸塩の肥料が、広く生産され始めた。アンドソルは元来、通気性が良く保水性にも優れており、さらに軟らかく耕しやすい。的を絞った施肥によってリン酸塩の取り込みの問題が解決すると、蒜山の土壤は農業にうってつけとなった。

蒜山の黒ぼこの土壤は、特に日本人に愛されているマイルドな味がするダイコンに適している。胴回り 10～15 センチメートル、最長 60 センチメートルの「大きな根」が、地中深くに埋まっている。蒜山の土壤は柔らかいため、ダイコンの根はまっすぐ成長することができ、一方、土壤を構成するミネラルとその保水性により、みずみずしく栄養価の高いダイコンを育む。見た目が味と同様に重視されることが多い日本では、「蒜山大根」ブランドは、人気を獲得している。真庭では、地元の農産物や特産品を取り揃えた道路沿いの休憩施設で、全国にいくつも設置されている道の駅の一つである風の家において、このダイコンを購入することができる。

また、蒜山の土壤は、珪藻土が含まれることでも注目される。珪藻土は、珪藻と呼ばれる非常に小さな植物性プランクトンの化石でできた、シリカを豊富に含む堆積物の層である。およそ 50 万年前、岩屑なだれで川がせき止められて冠水し、蒜山盆地に湖が形成された。水中で生息する珪藻は死滅し、漂いながら湖の底に積もり、やがて、厚さ約 100 メートルの堆積層を形成した。

珪藻土は、重量が軽いことと多孔性であることが特徴である。そのため、珪藻土は断熱材、歯磨き粉の研磨剤、有機殺虫剤、醸造や食品製造で使われるフィルターなど、様々な用途に用いることができる。蒜山の珪藻土から採掘したシリカは日本と海外の両方で使われており、主要な地場産業となっている。

珪藻土は、蒜山の手工芸品や地元企業の多くに活用されている。例えば、真庭の職人は「郷原漆器」と呼ばれる独特のフォルムの漆器を作る際、漆を塗る前に木の表面を滑らかにするため、研磨剤を必要とする。地元産の原材料を使うことに誇りを持つ職人は、紙やすりの代わりに珪藻土を使用している。

蒜山の土壌に「根ざした」その他のユニークな産業としては、地元産のブドウを使ったワインづくりが挙げられる。山ぶどう（学名：Vitis coignetiae）として知られるブドウの固有種は、周囲の山に自生しているが、ひるぜんワイナリーでは、10年以上をかけて最も甘いブドウの木を選び、栽培することで、現在も製造している山ぶどうのワイン、リキュール、ジュース、ジャムなどを生み出した。ひるぜんワイナリーの発酵タンクのろ過工程では、地元の珪藻土を使っている。

地質学的活動と人間のアイデアの組み合わせによって、蒜山高原の豊かな土壌は、地域社会の繁栄を実現するための肥沃な土台となっているのである。

【タイトル】 おこわ：蒜山の心安らぐ料理

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

糯米菜饭：蒜山的暖心美食

只需一口有着儿时记忆的心爱食物，就能给人带来幸福与思乡的情感。对于许多蒜山人来说，这种暖心美食就是糯米菜饭“おこわ”(okowa)。

糯米菜饭是个统称，包括了以蒸糯米作为主料的各种口味的饭食。许多地方都有自己的糯米菜饭版本，所搭配的食材种类与比例均各有特色。在蒜山，传统的做法是加鸡肉，再搭配野山菜、香菇、蜂斗菜茎、牛蒡根、胡萝卜、栗子和白果一同烹制。将所有材料混合均匀，再加入酱油简单地调味提鲜后，就可以享受一份营养丰富、又能给人带来十足饱腹感和满足感的美食了。

蒜山糯米菜饭是节庆特餐，通常只在节日、生日、毕业庆祝等招待客人的特殊日子才准备。烹制糯米菜饭需要花费很多时间和精力，比如糯米，就必须提前几天浸泡。野山菜必须新鲜采摘，栗子、白果、蜂斗菜茎之类的食材都需要先氽水、剥皮处理后再泡发。虽然如今去超市购买所需材料也能省下一些步骤，但烹制这道特别的料理依然有许多工作需要完成。人们认为，最后端上桌的不只是一道料理，其中还蕴含着对享用美食者的爱与敬意，而这重意义又为餐桌添加了别样的幸福感。

来访者在真庭一带的许多餐厅都能品尝到这道暖心美食。

<繁体字>

糯米菜飯：蒜山的暖心美食

只需一口有著兒時記憶的心愛食物，就能給人帶來幸福與思鄉的情感。對於許多蒜山人來說，這種暖心美食就是糯米菜飯「おこわ」(okowa)。

糯米菜飯是個統稱，包括了以蒸糯米作為主要食材的各種口味的飯食。許多地方都有自己的糯米菜飯版本，所搭配的食材種類與比例均各有特色。在蒜山，傳統的做法是加雞肉，再搭配野山菜、香菇、蜂斗菜莖、牛蒡根、胡蘿蔔、栗子和白果一同烹製。將所有材料混合均勻，再加入醬油簡單地調味提鮮後，就可以享受一份營養豐富、又能給人帶來十足飽腹感和滿足感的美食了。

蒜山糯米菜飯是節慶特餐，通常只在節日、生日、畢業慶祝等招待客人的特殊日子才準備。烹製糯米菜飯需要花費很多時間和精力，比如糯米，就必須提前幾天浸泡。野山菜必須新鮮採摘，栗子、白果、蜂斗菜莖之類的食材都需要先川燙、剝皮處理後再泡發。雖然如今去超市購買所需材料也能省下一些步驟，但烹調這道特別的料理依然有許多工作需

要完成。人們認為，最後端上桌的不只是一道料理，其中還蘊含著對享用美食者的愛與敬意，而這重意義又為餐桌添加了別樣的幸福感。

遊客在真庭一帶的許多餐廳都能品嚐到這道暖心美食。

<日本語仮訳>

おこわ：蒜山の心安らく料理

子どもの頃の思い出に刻まれた大好きな料理を一口食べるだけで、幸せな気持ちと懐かしさが蘇る。蒜山の多くの人々にとって、そんな心安らく料理と言えば、おこわである。

おこわは、蒸した粘り気の強い米を主な材料とした、香ばしい米料理の総称である。地域ごとに多くのバージョンがあり、それぞれ米とともに調理する材料の種類や数が異なる。蒜山では鶏肉に山菜、椎茸、ふき、ごぼう、人参、栗、銀杏などを加えたレシピが一般的である。これらを混ぜたものを醤油で軽く味付けして旨味を加えると、満腹感&満足感のある、とても栄養価の高いおこわが出来上がる。

蒜山おこわは、お祭りや誕生日、卒業式など、特別な行事にあわせて客人に振舞われることが多い、おめでたい料理である。おこわを作る際には、事前に米を何日も浸しておく必要があるため、多大な時間と労力が必要となる。山菜を摘んだり、栗、銀杏、ふきなどは茹でて皮をむき、浸しておいたりしなければならず、手間がかかる。今はスーパーマーケットに行けばこういった作業の一部は省略できるが、それでもこの特別な料理を作るのは一朝一夕にはいかない。こうして完成したおこわは、食べる者への愛情と敬意を表現するものとして、食卓に新たな喜びをもたらす。

真庭にある数多くのレストランで、おこわを楽しむことができる。

【タイトル】 ひるぜん焼きそば：ご当地グルメの定番

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

蒜山炒面：本地风味的经典美食

在日本，日式炒面几乎是在所有便利店以及节庆摊点上都能找到的国民美食。这道经典佳肴通常是将猪肉、卷心菜和面条一起放在铁板上翻炒，然后加入英式黑醋（也称噀汁或辣酱油）和黄豆酱油配制的甜口酱汁调味而成。然而，蒜山炒面有着自己的独特之处。

本地人在做这道餐食时保留了劲道的面条，却把配料换成了滋味浓郁的母鸡肉、口味甘甜的本地圆白菜和鲜味浓郁的味噌酱。蒜山的炒面向来被视为乡土美食而受到喜爱，在赢得全国 B 级美食大赛冠军后，更是备受赞誉。（所谓“B 级美食”，就是价格亲民、美味可口，且带有浓郁地方风味的食物。）

这道料理之所能脱颖而出，部分功劳要归于美味的鸡肉。如今市场上出售的鸡肉大多是 6~7 周龄的嫩肉鸡。而蛋鸡的产蛋周期最长一年半，之后才会被送到市场。据说，这种蛋鸡年龄大，所以体型也大，肉质更结实，味道也更好。过去，小型农场曾供应这个年龄段的食用母鸡，因此人们有时会将它们独有的风味形容为“怀旧的味道”。

蒜山炒面的另一大特色，在于使用味噌作为底味调制的酱汁。虽然原料都不外乎味噌、洋葱、大蒜和苹果等材料，但每户人家、每个餐馆都有自家的独门酱汁配方。配方的确切成分通常都是保密的，但也有厨师会公开自己的主要用料，比如用桃子代替苹果。对本地食客而言，选择自己喜欢的餐厅也是生活中的一件乐事。

<繁体字>

蒜山炒麵：在地風味的經典美食

在日本，日式炒麵幾乎是在所有便利店以及節慶攤點上都能找到的國民美食。這道經典佳餚通常是將豬肉、高麗菜和麵條一起放在鐵板上翻炒，然後加入英式黑醋（也稱噀汁或辣醬油）和黃豆醬油配製的甜味醬汁調味而成。然而，蒜山炒麵有自己獨特的地方。

當地人在做這道料理時保留了勁道的麵條，卻把配料換成了滋味濃郁的母雞肉、口味甘甜的蒜山高麗菜和鮮味濃郁的味噌醬。蒜山的炒麵向來被視為地方美食而受到喜愛，在贏得全國 B 級美食大賽冠軍後，更是備受讚譽。（所謂「B 級美食」，就是價格親民、美味可口，且帶有明顯地方風味的食物。）

這道料理之所能脫穎而出，部分功勞要歸於美味的雞肉。如今市場上出售的雞肉大多是僅僅飼養了 6~7 星期的嫩肉雞。而蛋雞的產蛋週期最長為一年半，在此之後才會被送入

市場。據說，這種蛋雞年齡大，所以體型也大，肉質更結實，味道也更好。過去，小型農場會提供這個年齡段的食用母雞，因此，人們有時會將它們獨有的風味形容為「懷舊的味道」。

蒜山炒麵的另一大特色，在於使用味噌作為底味調製的醬汁。雖然原料都不外乎味噌、洋蔥、大蒜和蘋果等材料，但每戶人家、每個餐館都有自家的獨門醬汁配方。配方通常都是保密的，但也有廚師會公開自己的主要材料，比如用桃子代替蘋果。對當地食客而言，選擇自己喜歡的餐廳也是生活中的一件樂事。

<日本語仮訳>

ひるぜん焼きそば：ご当地グルメの定番

焼きそばは、日本のほぼすべてのコンビニやお祭りの屋台でみられる、人気の麺料理だ。この昔ながらの焼きそばを作るには、鉄板の上で麺を豚肉、キャベツ、ウスターソースと醤油で作る甘いソースと合わせて炒める。しかし、蒜山では、ご当地ならではのひねりを加えている。

蒜山でも同じもちもちした麺を用いるが、これを風味豊かな親鶏の肉、地元産の甘いキャベツ、旨味に富んだ味噌ソースと合わせて調理する。ソウルフードとして長く大切にされてきたひるぜん焼きそばは、いわゆる B 級グルメの全国大会で勝利したことで、広く認知されることとなった。（B 級グルメとは、手頃でボリュームのある郷土色豊かな料理のこと。）

この料理が傑出している所以の一つは、肉の味が良いことだ。現在販売されている鶏肉のほとんどは、6～7週間飼育された、柔らかい若鶏のものである。一方、採卵鶏は、最高1年半にわたり繁殖能力を有し、その後になって初めて、市場に送られる。採卵鶏は、年齢を重ね、体も大きくなっているため、肉の密度が上昇し、より一層豊かな風味を生むと言われている。伝統的に、小さい飼育場では、この段階のめんどりのみを食用にしていたため、この肉の独特の味は、「ノスタルジック」と表現されることもある。

他に、ひるぜん焼きそばの特色として、味噌ベースのソースが挙げられる。このソースは基本的に、味噌、玉ねぎ、にんにく、りんごを混ぜ合わせて作るが、各家庭とレストランが、独自のレシピを持っている。配合の正確な情報は秘伝とされていることが多いが、りんごを桃で置き換えるというように、主な材料を公開する料理人もいる。お気に入りの店をかたくに鼻負にするのも、地元ならではの楽しみ方である。

【タイトル】 ひるぜんワイナリーの山ぶどうのワイン

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

蒜山葡萄酒厂的山葡萄酒

蒜山葡萄酒厂自 1987 年便开始出产本地特有的葡萄酒，酿酒的原料是一种名为“山葡萄”的野生葡萄。

什么是山葡萄？

山葡萄(*Vitis coignetiae*)是一种光泽深红的葡萄，果实小而酸。这是一种遍布全日本的野生葡萄品种，但受气候影响，蒜山的山葡萄果实颜色更深，口味也略甜。它们的单果直径在 1 厘米左右，籽大且多，因此，远没有其他选育品种那样多汁。但山葡萄果汁中的多酚含量却格外高，据说其中含有的抗氧化物非常有益于健康。

怎样种植山葡萄？

早在 1979 年，酒厂就开始尝试种植适于酿酒的山葡萄，确定如何栽培是一个漫长的实验和试错过程。第一步，是挑选合适的葡萄植株。蒜山一带生长着大约 1000 株山葡萄，酒厂需要选出甜度最高、酸度最低的植株加以栽培，单单这一步，就花了差不多 10 年时间。

选定植株种下，到葡萄藤成熟并开始结果，又花费了 5 年。研究葡萄架的搭建也需要时间，人们经历了无数次的失败，才终于找到正确的方式，成功帮助葡萄植株抵御住蒜山地区的大雪。与许多葡萄园纵列分行单株栽种不同，这里的葡萄更适合几株集中栽种在大约 2 米高的水平吊棚中，因为这样植株才能顺利度过大雪纷飞的季节，免于冻死。

蒜山葡萄酒厂目前已建成 8 万平方米的葡萄园，每年产出 18~20 吨山葡萄。只是园中的葡萄植株依然需要持续不断的精心呵护，而这种呵护并不仅限于常规的剪枝和检查。比如，几乎所有人工培育的葡萄都能实现自花授粉，因为它们的花朵都自带雌蕊和雄蕊，而山葡萄却是雌雄异株。雄性植株不结果实，但仍必须在附近种植，以便进行授粉，这也是山葡萄产量受限的一个因素。为了提高产量，工人们需要确保尽可能多的雌花能够成功授粉。

山葡萄酒有哪些种类？

蒜山葡萄酒厂出品 100%山葡萄酿制的红葡萄酒和桃红葡萄酒。此外，也有一些混合品种，其中一款红酒加入了“山葡萄·赤霞珠”的变种（山葡萄与赤霞珠的杂交品种）混合酿制，另一款则是与神户的霞多丽葡萄混合酿制的白葡萄酒。发酵过程是在现代不锈钢发酵桶内完成的，红酒熟成则是存放在法式橡木桶中进行，这种木桶尤其适用于引出葡萄本

身的**浓郁风味**。釀制完成的葡萄酒酒体**饱满**，**色泽深邃**，**单宁**却意外的温和，加上酸度高，很适合**长期存放**。

近年来，蒜山葡萄酒厂的山葡萄酒频频在“日本葡萄酒挑战赛”上获奖，这些成果证明酒厂 40 年来孜孜不倦栽培本土野生葡萄的努力最终获得了成功。

<繁体字>

蒜山葡萄酒廠的山葡萄酒

蒜山葡萄酒廠從 1987 年便開始出產當地特有的葡萄酒，釀酒的原料是一種名為「山葡萄」的野生葡萄。

什麼是山葡萄？

山葡萄（*Vitis coignetiae*）是一種光澤深紅的葡萄，果實小而酸。這是一種遍佈全日本的野生葡萄品種，但受氣候影響，蒜山的山葡萄果實顏色更深，口味也略甜。它們的單果直徑在 1 公分左右，籽大且多，因此，比其他選育品種果汁少很多。但山葡萄果汁中的多酚含量卻特別高，據說其中含有的抗氧化物非常有益於健康。

怎樣種植山葡萄？

早在 1979 年，酒廠就開始嘗試種植適合釀酒的山葡萄，而確定如何栽培是一個漫長的實驗和試錯過程。第一步，是挑選合適的葡萄植株。蒜山一帶生長著大約 1000 株山葡萄，酒廠需要選出甜度最高、酸度最低的植株加以栽培，單單這一步，就花了差不多 10 年時間。

選定植株種下後，又花了 5 年等待葡萄樹成熟並開始結果。還花了很長時間研究葡萄架的搭建，經歷了無數次的失敗，終於才找到正確的方式幫助使葡萄架能夠耐得住蒜山地區的大雪。通常葡萄園是將葡萄樹縱列分行栽種，在這裡，則使用大約 2 公尺高的水平吊棚，將多株葡萄樹集中栽種，促使葡萄樹一起生長。因為這樣植株才能順利度過大雪紛飛的季節，防止葡萄樹在雪堆中被凍住。

蒜山葡萄酒廠目前已建成 8 萬平方公尺的葡萄園，每年產出 18~20 噸山葡萄。只是園中的葡萄植株依然需要持續不斷的精細呵護，而這種呵護並不僅限於常規的剪枝和檢查。比如，幾乎所有人工培育的葡萄都能實現自花授粉，因為它們的花朵都自帶雌蕊和雄蕊，而山葡萄卻是雌雄異株。雄性植株雖不結果實，但仍必須在附近種植，以便進行授粉，雌雄異株的特性，也是山葡萄產量受限的一個因素。為了提高產量，需要確保盡可能多的雌花能夠成功授粉。

山葡萄酒有哪些種類？

蒜山葡萄酒廠出品 100%山葡萄釀製的紅葡萄酒和粉紅葡萄酒。此外，也有一些混合品種，其中一款紅酒加入了「山葡萄·赤霞珠」的變種（山葡萄與赤霞珠的雜交品種）混

合醸製，另一款白葡萄酒則是與神戸的霞多麗葡萄混合醸製。發酵過程在現代不鏽鋼發酵桶內完成，紅酒熟成則是存放在法式橡木桶中進行，這種木桶尤其適用於引發出葡萄本身的濃郁風味。醸製完成的葡萄酒酒體飽滿，色澤深邃，單寧卻出奇的少，酸度高，很適合長期存放。

近年來，蒜山葡萄酒廠的山葡萄酒頻頻在「日本葡萄酒挑戰賽」上獲獎，這些成果證明酒廠 40 年來孜孜不倦栽培本土野生葡萄的努力終於獲得了成功。

<日本語仮訳>

ひるぜんワイナリーの山ぶどうのワイン

ひるぜんワイナリーは 1987 年より、山ぶどうという野生のブドウの一種から個性あふれる地ワインを製造している。

山ぶどうとは

山ぶどう（学名：Vitis coignetiae）は、酸味のある小さな実をつける、光沢のある深紅色の野生ブドウの一種である。この植物は全国に自生しているが、蒜山では気候が異なるため、色がより濃く、やや甘めのブドウができる。実は直径約 1 センチで、大きな種子がいくつか入っているため、他で栽培される種と比べ、果汁の量が大幅に少ない。しかし、その果汁は、健康に様々な恩恵をもたらすとされる抗酸化物質を含有するポリフェノールを非常に多く含んでいる。

栽培方法

ワイン生産のための山ぶどうの栽培方法を決めるにあたり、1979 年から長期にわたって試行錯誤が繰り返された。まずは、基となるブドウの木を選ぶことであった。蒜山周辺に自生していた約 1,000 本のブドウの木から糖度が最も高く酸味が最も少ないものを選び、栽培にこぎつけるまで、10 年の歳月を要した。

定植後、成熟して実をつけ始めるまでには、さらに 5 年が必要であった。また、蒜山の大雪に耐えられる、最も効果的なつる棚の仕立て方に行き着くまでには長い時間がかかり、数多くの失敗を繰り返した。一般的なぶどう園では木を縦の列に分けて植えるが、蒜山では、高さ約 2 メートルの水平なつる棚で、複数のブドウの木と一緒に生育するよう促している。木が雪の吹きだまりの中で凍ってしまうのを防ぐ工夫だ。

ひるぜんワイナリーでは、現在、ぶどう園の敷地として 8 万平方メートルを確保し、毎年、18～20 トンの山ぶどうを生産している。しかし、ここに生えるブドウの木は、通常の剪定や管理だけでなく、常時手入れを必要とする。例えば、栽培ブドウはほぼすべてひとつの花に雄しべと雌しべがあるため、自家受粉する。一方、山ぶどうの場合は、雌雄異株である。雄の植物は果実を作らないが、授粉のためには、近くで栽培しなくてはならない。この雌雄異株の性質は、全体の生産量を低下させるもう 1 つの要因となっている。生産量を増やすためには、できる限り多くの雌花を受粉させる必要がある。

生産するワインの種類

ひるぜんワイナリーでは、山ぶどう 100 パーセントの赤ワインとロゼワインを作っている。また、ブレンドの商品もいくつか生産しており、ヤマ・ソービニオン（山ぶどうとカベルネソービニオンの異種交配種）をブレンドした赤ワインや、神戸のシャルドネのブドウをブレンドした白ワインなどがある。生産は現代的なステンレスの発酵タンクで行われるが、赤ワインの熟成には、ブドウの濃厚な味わいを引き出すのに特に適したフランスのオーク樽を用いている。こうして、深い色合いや驚くほど少ないタンニン、長期熟成にふさわしい強い酸味を特徴とする、フルボディのワインが生まれる。

近年、ひるぜんワイナリーの山ぶどうのワインは、「ジャパン・ワイン・チャレンジ」で頻繁にメダルを獲得しており、これは 40 年かけてこの自生植物を栽培してきた努力が実を結んだことの証しである。

【タイトル】 ひるぜんワイナリー訪問

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

探访蒜山葡萄酒厂

欢迎来到蒜山葡萄酒厂的“コアエ工”（koanie）。这里于 2010 年正式对外营业，内设咖啡厅、商店和展示本地野生山葡萄酒的试饮柜台。

咖啡厅

咖啡厅供应为搭配蒜山葡萄酒而特别开发的料理，所有餐品均采用本地的新鲜食材烹制。来访者可以尝试丰盛的每日午市套餐，套餐里包含了时令菜品以及面包和汤类。此外，本地泽西牛肉制作的美味咖喱牛肉，以及日式慢烤牛肉盖饭也是不错的选择。葡萄酒可以按杯点，配有橄榄、坚果和各色本地奶酪等佐酒小食。餐后还有山葡萄软冰淇淋作为甜点。就餐时，无论是坐在洒满阳光的室内餐厅欣赏四面山色，还是在露天中庭里享受悠闲时光，都令人身心松弛，自得其乐。

试饮柜台

来访者可以在试饮柜台品尝精选的蒜山葡萄酒。柜台至少备有 10 种酒品，根据选择不同，有些是免费赠饮，有些则收取少许费用。知识渊博的工作人员（多半就是老板本人）随时准备着为来访者答疑解惑。

商店

葡萄酒商店里出售蒜山葡萄酒厂的全系列产品，包括使用 100% 山葡萄酿制的人气系列“蒜山”、混合品种酿制的“三座”系列、曾获大奖的“冈山先锋”甜酒等。此外还有酒厂自产的白兰地和各类利口酒，比如使用山葡萄酒糟蒸馏而成的烈酒——酒渣白兰地，以及单独饮用或调制鸡尾酒都很美味的酸味山葡萄果汁。商店还供应本地出品的奶酪和罐装鹿肉等各类本地特产，最适合用来餐前佐酒。

参观行程

一条橱窗走廊从商店直通酒厂生产区域，来访者可以看到发酵桶、灌装和蒸馏设备的工作情况。房屋后面有一片小葡萄园，可供近距离参观酒厂独特的葡萄棚架、仔细观摩山葡萄植株的模样。

志愿者

对山葡萄种植感兴趣、有意亲身参与山葡萄植株的养护的来访者，可咨询真庭游客中心，了解相关详情。

<繁体字>

探訪蒜山葡萄酒廠

歡迎駕臨蒜山葡萄酒廠的「コアニエ」（koanie）。這裡於 2010 年正式對外營業，內設咖啡廳、商店和展示當地野生山葡萄酒的試飲櫃檯。

咖啡廳

咖啡廳提供為搭配蒜山葡萄酒而特別開發的料理，所有餐品均採用當地的新鮮食材烹製。遊客可以嘗試豐盛的午間套餐，套餐裡包含了時令菜品以及麵包和湯類。此外，當地澤西牛肉製作的美味咖喱牛肉，以及日式慢烤牛肉蓋飯也是不錯的選擇。葡萄酒可以按杯點，並且配有橄欖、堅果和各色當地起司等佐酒小食。餐後還有山葡萄霜淇淋作為甜點。就餐時，無論是坐在灑滿陽光的室內餐廳欣賞四面山色，還是在露天中庭裡享受悠閒時光，都是令人身心放鬆的樂事。

試飲櫃檯

遊客可以在試飲櫃檯品嚐精選的蒜山葡萄酒。櫃檯至少備有 10 種酒品，根據選擇不同，有些是免費贈飲，有些則收取少許費用。知識淵博的工作人員（多半就是老闆本人）隨時準備為遊客答疑解惑。

商店

葡萄酒商店裡出售蒜山葡萄酒廠的全系列產品，包括使用 100%山葡萄釀製的人氣系列「蒜山」、混合品種釀製的「三座」系列、曾獲大獎的「岡山先鋒」甜酒等。此外還有酒廠自產的白蘭地和各類香甜酒，比如使用山葡萄酒糟蒸餾而成的烈酒——酒渣白蘭地，以及單獨飲用或調製雞尾酒都很美味的酸味山葡萄果汁。商店還提供當地出品的起司和罐裝鹿肉等各類當地特產，最適合用來餐前佐酒。

參觀行程

一條櫺窗走廊從商店直通酒廠生產區域，遊客可以看到發酵桶、灌裝和蒸餾設備的工作情況。房屋後面有一片小葡萄園，可供近距離參觀酒廠獨特的葡萄棚架、仔細觀摩山葡萄植株的模樣。

義工

對山葡萄種植感興趣、有意親身參與山葡萄植株養護的遊客，可諮詢真庭遊客中心，瞭解相關詳情。

<日本語仮訳>

ひるぜんワイナリー訪問

「コアニエ」へようこそ。2010年にひるぜんワイナリー内にオープンした「コアニエ」には、カフェ、ショップ、そして在来種である野生の山ぶどうの製品を取り揃えた試飲カウンターがある。

カフェ

カフェスペースでは、ひるぜんワインとよく合う、地元の食材を使った出来立ての料理を提供している。おなかいっぱい食べられる旬の農産物を使った日替わりのランチセットには、パンとスープがセットになっている。また、地元のジャージー牛を使った風味豊かなビーフカレーやローストビーフ丼も楽しめる。ワインはグラスで注文でき、オリーブ、ナッツ、地元のチーズの盛り合わせなど、軽なおつまみも取り揃えている。デザートには、山ぶどうのソフトクリームもある。日当たりの良い屋内のダイニングルームで、周囲の丘を眺めながらリラックスした時間を過ごすことも、中庭で屋外の食事を楽しむこともできる。

試飲カウンター

試飲カウンターでは、観光客は、選りすぐりの蒜山ワインを試飲することができる。常に少なくとも10種のワインを用意しており、ものによって無料または安価で楽しむことができる。知識豊富なスタッフ（しばしばオーナー自身）が質問に答えてくれる。

ショップ

ワインショップでは、人気が高い山ぶどう100パーセントのひるぜんシリーズ、ブレンドワインの三座シリーズ、受賞歴のあるデザートワインの岡山ピオーネデザートワインなど、ひるぜんワイナリーのフルラインナップを揃えている。このショップではまた、自社製造のブランデーやその他の酒類、例えば山ぶどうの酒かすを蒸留して作った度数が強いグラッパや、それ自体でも、カクテルにしてもおいしい、酸味のある山ぶどうジュースなどを販売している。また、食前酒に最適な地元で生産されるチーズや、鹿肉の缶詰めなどの他の特産物も揃っている。

ツアー

窓が付いた廊下がショップから製造エリアへと延びており、発酵タンク、瓶詰め機、蒸留装置が稼働する様子を見ることができる。建物の裏にある小さなブドウ畑では、独特の棚仕立てや、山ぶどうの木を間近で見ることができる。

ボランティア

山ぶどうの栽培を直に学びたい、ブドウの木の手入れの手伝いをしてみたいと思う方は、真庭の観光案内所に詳細を問い合わせよう。

【タイトル】 蒜山ハーブガーデンハービル

【想定媒体】 WEB・パンフレット

<簡体字>

蒜山香草园

这座优雅的植物园坐落在“蒜山三座”之麓的山坡上，在这里，能把郁郁葱葱的蒜山高原尽收眼底。园内被精心照料的景观，展现了在人力与自然的交织中诞生的美丽与创造力。

庭园

风光如画的香草园采用传统英式园林设计，园内种植着大约 200 种植物。到了这里，推荐来访者调动所有感官去感受，不光用眼睛观赏，还需要用手、用鼻子去感知香草植物多变的触感与芬芳。每年 4~10 月，园内一直都有鲜花绽放。6 月是花事最盛的时节，届时五彩缤纷的玫瑰将争奇斗艳，香气四溢。这座英式花园是主人亲自设计并建造的作品：修整考究的小径穿过枝繁叶茂的棚架；长椅置身于芬芳花朵的环绕之中；一座石头小屋可供遮荫避暑。

香草园深处西南侧的山丘上种植着 1 万株薰衣草，这是日本西部最大的薰衣草花田。每年 7 月，空气中弥漫着紫色花朵散发的香气，香草园迎来薰衣草收获祭。园内种植了好几种薰衣草，其中最多的是被称为“梦幻”的英国品种。来访者可以亲手剪下薰衣草带回家，同时还能学习如何保存它们。邻接薰衣草田的是蓝莓园，园内种植着能够抵御本地寒冷冬季的北高丛品种。7 月初，蓝莓成熟，来访者可以一边漫步园中，一边摘下果实品尝（收费）。到了冬天，这片山坡便化身为欢乐的雪橇运动场。

这些排列整齐并被精心呵护的花床固然是园林栽培的典范，但它们同时也在自然的环抱之中，吸引着许多野生动物。留意观察的话，来访者就能找到前来觅食的日本獾所挖的洞穴，它们在日语里被直白地称为“穴熊”。灌溉池上方的树上，绿色的森林树蛙将泡沫似的卵块挂在树枝上，警惕地防备着觅食的日本缟蛇。当然，还少不了成群的鸟儿与蝴蝶，它们也会来到这里尽享这片花的海洋。

餐厅

在通风良好的中央大楼一层，开着一家热门的餐厅兼咖啡馆。餐厅供应的食物均选用本地食材烹制，并用园中生长的香草和可食用花朵为美食增添风味。下午茶深受欢迎，内含店内烤制的司康饼配上本地泽西牛奶制作的凝脂奶油。此外，餐厅还供应蛋糕和色彩缤纷的自制花草茶，同类茶品在旁边的商店里也有出售。除了使用柠檬草和薄荷等常见原料外，这里还有一些颇具创意的混合茶品，比如亮蓝色的锦葵茶，它在滴入餐厅自制的柠檬糖浆后就会变成粉红色。

客人可自由选择是坐在玻璃墙的餐厅内享用美食，还是在有遮阳伞的宠物友好露台上就餐，从露台上可以眺望横跨蒜山盆地的山脉，以及被合称为“蒜山三座”的三座山峰。山坡上葱郁的草地为蒜山著名的泽西奶牛提供了广阔的牧场。随着季节更迭，高坡上的栎木林和山毛榉林变幻出不同的绚丽色彩。露台的海拔较高，是本地风光的最佳观景点之一。

手工作坊

舒适的二楼有一个制作干花和保鲜花的工坊，来访者可现场参加相关课程。一束束薰衣草和绣球花自裸露的房梁上垂下，静静等待风干。客人可以使用事先搭配好的花朵材料，也可以从繁多的品种中自行挑选心仪的搭配，包括香草园中栽培的植物。

<繁体字>

蒜山香草園

這座優雅的植物園坐落在「蒜山三座」之麓的山坡上，在這裡，能把鬱鬱蔥蔥的蒜山高原盡收眼底。園內被精心照料的景觀，展現了在人與自然的交織中誕生的美麗與創造力。

庭園

風光如畫的香草園採用傳統英式園林設計，園內種植著大約 200 種植物。來到這裡，推薦遊客使用所有感官去感受——不光有視覺享受，還能體驗香草植物多變的觸感與芬芳。每年 4~10 月，園內一直都有鮮花綻放。6 月是花事最盛的時節，屆時五彩繽紛的玫瑰將爭奇鬥豔，香氣四溢。這座英式花園是主人親自設計並建造的作品：修整考究的小徑穿過枝繁葉茂的棚架；長椅置身於芬芳花朵的環繞之中；一座石頭小屋可供遮蔭避暑。

香草園深處西南側的山丘上種植著 1 萬株薰衣草，這是日本西部最大的薰衣草花田。每年 7 月，空氣中瀰漫著紫色花朵散發的香氣，香草園迎來薰衣草收穫祭。園內種植了好幾種薰衣草，其中最多的是被稱為「夢幻」的英國品種。遊客可以親手剪下薰衣草帶回家，同時還能學習如何保存它們。鄰接薰衣草田的是藍莓園，園內種植著能夠抵禦當地寒冷冬季的北高叢品種。7 月初，藍莓成熟，遊客可以一邊漫步園中，一邊摘下果實品嚐（收費）。到了冬天，這片山坡便化身為美妙的雪橇運動場。

這些排列整齊並被精心呵護的花床固然是園林栽培的典範，但同時也在自然的環抱之中，吸引著許多野生動物。留意觀察的話，遊客就能找到前來覓食的日本獾所挖的洞穴，牠們在日語裡被直白地稱為穴熊。灌溉池上方的樹上，綠色的森林樹蛙將泡沫似的卵塊掛在樹枝上，警惕地防備著覓食的日本縞蛇。當然，還少不了成群的鳥兒與蝴蝶，牠們也會來到這裡盡享這片花的海洋。

餐廳

在通風良好的中央大樓一層，開著一家熱門的餐廳兼咖啡館。餐廳提供的食物均選用當地食材烹製，並用園中生長的香草和可食用花朵為美食增添風味。下午茶深受歡迎，內

含店內烤製的司康配上當地澤西牛奶製作的凝脂奶油。此外，餐廳還提供蛋糕和色彩繽紛的自製花草茶，同類茶品在旁邊的商店裡也有出售。除了使用檸檬草和薄荷等常見原料外，這裡還有一些頗具創意的混合茶品，比如亮藍色的錦葵茶，它在滴入餐廳自製的檸檬糖漿後就會變成粉紅色。

客人可自由選擇坐在玻璃牆的餐廳內享用美食，還是在有遮陽傘的寵物友好露台上用餐，從露台上可以眺望橫跨蒜山盆地的山脈，以及被合稱為「蒜山三座」的三座山峰。山坡上蔥郁的草地為蒜山著名的澤西乳牛提供了廣闊的牧場。隨著季節更迭，高坡上的橡木林和山毛櫸林變幻出不同的絢麗色彩。露台的海拔較高，是當地風光的最佳觀景點之一。

手工作坊

舒適的二樓有一個製作乾燥花和保鮮花的工坊，遊客可現場參加相關課程。一束束薰衣草和繡球花自裸露的房樑上垂下，靜靜等待風乾。客人可以使用事先搭配好的花朵材料，也可以從繁多的品種中自行挑選心儀的搭配，包括香草園中栽培的植物。

<日本語仮訳>

蒜山ハーブガーデンハービル

「蒜山三座」の麓に青々と広がる蒜山高原を望む丘の中腹に位置するこの優雅な植物園は、入念に手入れされた景観によって、人と自然が織りなすことのできる美と創造性が表現されている。

庭園

伝統的なイギリス式庭園に倣って作られたこの絵のように美しいハーブ園には、約 200 種類の植物が植えられている。ここに来れば、目で堪能するだけでなく、五感を総動員し、変化に富んだハーブの手触りや香りも楽しむことができる。4 月から 10 月までは常時、何らかの品種が花を咲かせているが、6 月には、多彩な色と香りを醸すバラが咲き誇り、最も美しい時期を迎える。オーナー自ら設計から施工まですべてを手がけたこのイギリス式庭園では、きちんと整備され、トレリスに葉が茂る通路、香りの良い花がベンチを囲み、日陰の休憩所として小さな石造りの小屋が設けられている。

ハーブ園の裏手の南西の丘には 10,000 株のラベンダーが植えられており、西日本で最大のラベンダー畑となっている。ラベンダーの紫色の花は、ハービルがラベンダー収穫祭を開催する 7 月になると、辺り一面にその香りを漂わせる。ハービルでは、数種類のラベンダーを栽培しているが、大半は、「ドリーム」と呼ばれるイギリス産の品種である。ラベンダーは切って家に持ち帰りできるほか、その保存方法を教えてもらうこともできる。ラベンダー畑に隣接するブルーベリー畑には、この地域の寒い冬に耐えることができる北部ハイブッシュ系のブルーベリーが植えられている。ブルーベリーが実を結ぶ毎年 7 月のはじめには、園内をそぞろ歩きながら、ベリーを採って食べることができる（有料）。冬になると、同じ斜面でそり遊びを満喫できる。

整然と並ぶ愛情を込めて手入れされた花壇は、栽培のお手本となっている。と同時にこの庭園は自然に囲まれているため、当地の多くの野生生物にとって、魅力的なスポットとなっている。注意深く観察すると、餌を探し回る二ホンアナグマが残した穴の存在に気付くであろう。灌漑池の上の木では、緑色

の森青蛙が泡のような卵の塊を枝からぶら下げ、用心深い目で、獲物を探す縞蛇を見張っている。もちろん、広大に広がる花の海には、鳥とチョウの群れがやって来る。

レストラン

風通しが良い中央の建物の 1 階には、人気のカフェレストランがある。地元の食材を使った料理には、ここで栽培されたハーブや食用花がアクセントとして添えられている。自家製のスコーンに地元のジャージー牛乳で作ったクロテッドクリームを添えたアフタヌーンティーは、人気メニューである。また、ケーキやカラフルな自家製ハーブティーを各種取り揃えており、併設の売店で購入することができる。レモングラスやミントなどの定番の他に、自家製のレモンシロップを加えるとピンクに変色する鮮やかな青色のマロウティーなど、独創的なブレンドティーもある。

食事をする際には、ガラス張りのダイニングルームか、ペット可のテラスを選ぶことができる。傘で日陰になっているテラスのテーブル席からは、蒜山盆地からつながる山々と「蒜山三座」を望むことができる。山の斜面には、青々とした草原が広がり、蒜山の名高いジャージー牛の放牧地となっている。また、高台の樫やブナの森は、移りゆく季節の色合いを見事に映し出している。標高の高いところにあるこのテラスは、この地域の絶好の見晴らし台の一つになっている。

クラフトルーム

居心地の良い 2 階にはスタジオがあり、ドライフラワーやプリザーブドフラワーのアレンジメントのワークショップが開催されている。上を見ると、むき出しの垂木には、ラベンダーとアジサイの束が、乾燥のためにつるされている。あらかじめセットになった材料を利用するか、園内で栽培されたものを含む膨大な品揃えの中から、自身の好みで取り合わせることができる。

【タイトル】 蒜山サイクリング

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**在蒜山骑行**

风光如画的“蒜山三座”之下，蒜山高原平缓的山丘正适宜骑行观光。这里可以租到适合各种要求和技术级别的自行车，包括山地自行车、越野自行车、公路单车和电动自行车等等，甚至还能找到双人自行车。

环绕蒜山盆地的骑行小道总长约30公里，适合所有人群。路线涵盖自行车专用道和本地街道（往来车辆通常不多），以及多处可以躲避日晒的休息区和公共卫生间，是家庭出游的理想选择。不计中途休息时间，完成整个环线约需2.5小时。不过，路线沿途有许多非常诱人的热门景点，包括蒜山香草园、盐釜冷泉、蒜山葡萄酒厂和蒜山泽西牧场，因此，很容易就会在这条路上花费一整天的时间。

向经验丰富的骑行者推荐几条更有挑战的路线：穿行真庭市各街区全长100公里的环线；足以令人筋疲力尽的大山公路赛环线——从真庭市出发，环绕邻县鸟取县内高耸的“大山”，全程90.6公里。

穿行在蒜山宁静平和的乡村，骑行者可以一窥本地小农场的生活，性情温和的泽西奶牛也许愿意慢条斯理地走到围栏边来与你亲近。喜欢慢慢消磨时间的人，可以在这一路上发觉到许多简单的小快乐，比如，在小奶酪店歇歇脚，在路边小摊上挑选几颗蔬菜。而对热衷骑行，希望专注于高强度运动的人来说，则可以用温泉浴来为一天的运动划上完美的句号，“蒜山八冢温泉”和具有健康治疗效果的氡温泉“高原之汤”都是很好的选择。

即便在冬天，骑上自行车去游玩蒜山也是可行的，蒜山自行车服务中心提供雪地骑行路线。带有钉纹的加宽轮胎能在结冰的路面上提供额外的抓地力。登顶者的回报是令人惊叹的景色，展现在他们眼前的将是一幅缥缈的高山耸立在皑皑雪原上的壮美画卷。

一年四季，骑行都是享受蒜山风光、体验本地文化的绝妙方式。

<繁体字>**在蒜山騎行**

風光如畫的「蒜山三座」之下，蒜山高原平緩的山丘正適宜騎行觀光。這裡可以租到適合各種要求和技術級別的自行車，包括山地自行車、越野自行車、公路單車和電動自行車等等，甚至還能找到雙人自行車。

環繞蒜山盆地の騎行小道總長約 30 公里，適合所有人群。路線涵蓋自行車專用道和當地街道（往來車輛通常不多），以及多處可以躲避日曬的休息區和公共廁所，是家庭出遊的理想選擇。不算中途休息時間，完成整個環線約需 2.5 小時。不過，路線沿途有許多非常誘人的熱門景點，包括蒜山香草園、鹽釜冷泉、蒜山葡萄酒廠和蒜山澤西牧場，因此，很容易就會在這條路上花費一整天的時間。

向經驗豐富的騎行者推薦幾條更有挑戰的路線：穿行真庭市各街區全長 100 公里的環線；足以令人筋疲力盡的大山公路賽環線——從真庭市出發，環繞鄰縣鳥取縣內高聳的「大山」，全程 90.6 公里。

穿行在蒜山寧靜平和的鄉村，騎行者可以一窺當地小農場的生活，性情溫和的澤西乳牛也許願意慢條斯理地走到圍欄邊來與你親近。喜歡慢慢消磨時間的人，可以在這一路上發覺到許多簡單的小快樂，比如，在小起司店鋪歇一會兒，在路邊小攤上挑選幾顆蔬菜。而對熱衷騎行，希望專注於高強度運動的人來說，則可以用溫泉浴來為一天的運動劃上完美的句號，「蒜山八塚溫泉」和具有健康治療效果的氫溫泉「高原之湯」都是很好的選擇。

即便在冬天，騎上自行車去遊玩蒜山也是可行的，蒜山自行車服務中心提供雪地騎行路線。帶有釘紋的加寬輪胎能在結冰的路面上提供額外的抓地力。登頂者會得到令人驚歎的賞賜，他們的眼前將呈現出縹緲的高山聳立在皚皚雪原上的壯美畫面。

一年四季，騎行都是享受蒜山風光、體驗當地文化的絕妙方式。

<日本語仮訳>

蒜山サイクリング

絵のように美しい「蒜山三座」の峰を背景に、なだらかに傾斜した丘が広がる蒜山高原は、自転車
で散策するのに快適な場所である。マウンテンバイク、クロスバイク、ロードバイク、電動自転車、そして
タンDEM自転車まで、目的やレベルに合わせて選べるレンタサイクルが用意されている。

蒜山盆地を囲むように、誰でも楽しめる約 30 キロメートルのサイクリングロードが敷かれている。この
ルートには、自転車専用道と、一般道路（通常、交通量は少ない）が設置されている。また、日陰
で休める休憩場所や公衆トイレが複数設置されているので、家族連れでのお出掛けに最適である。
休憩なしの場合の所要時間は一周およそ 2 時間半だが、このルートはハーブガーデンハービル、塩釜
冷泉、ひるぜんワイナリー、ジャージーランドなど、この地域で最も人気の高い観光スポットの近くを通過
するため、自転車の旅は一日がかりになりがちである。

経験豊富なサイクリストは、このエリアの難関コースの一つに挑戦するのもいいだろう。難関コースに
は、真庭を構成する近隣の地区を一周する 100 キロのルートや、過酷なレース「ツール・ド・大山サイ
クリングルート」がある。後者は真庭をスタートし、隣接する鳥取県にそびえる大山の周りを回る 90.6
キロのコースである。

蒜山の静かな農村地帯を自転車で走ると、小さな地元の牧場の暮らしが垣間見られる。牧場
では人懐こいジャージー乳牛が柵のところで出迎えてくれるかもしれない。ゆっくり時間をかけて楽しみた
ければ、途中で小さなチーズショップに立ち寄ったり、道路脇の売店で野菜を選んだりするのも気晴らし

になる。厳しい練習を目的に訪れる熱烈なサイクリストなら、1日のサイクリングの締めくくりとして、「蒜山やつか温泉」や、「高原の湯」の健康回復に効果的なラドン湯につかるのもおすすめである。

「蒜山サイクリングサービス」が運営する雪上サイクリングツアーに参加すれば、冬でも自転車で蒜山を見て回ることができる。スタッド付きの太いタイヤは静止摩擦に優れ、氷で覆われた道路でもグリップ力を発揮する。手付かずの雪で覆われた野原の上に、霧が立ち込める峰がそびえ立つ姿は、まさに絶景である。

サイクリングは、蒜山の風景を楽しみ、その地方文化を体感する素晴らしい手段であり、1年を通して楽しむことができる。

【タイトル】 勝山：伝統的な町並みと近代アート

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

勝山：传统街景与当代艺术

昔日的城下町（围绕城堡修建的城市）勝山坐落于冈山县北部的旭川河岸，地理优势让它早在江户时代(1603-1867)便成为了一个富裕的商业城市。河道中，旭川将原木从本地木材产地顺流送达下游的码头；陆地上，出云街道连接起西部日本海沿海诸市以及兵库县南部的姬路市，往来运输各种货物。

勝山的主街一带如今是历史保护街区，街道两旁精美的住宅、商店和仓库都是当年商人们修建的。狭窄的街道旁排列着双层的房屋，每一栋都有白灰泥的正墙，木格子窗，屋顶的陶瓦一片叠着一片，店铺门面与铺设的道路齐平。细心的来访者多半会留意到墙壁上的灰泥浮雕“饴绘”和屋脊上装饰的鸱尾。这里的鸱尾都被雕刻成龙和其他神话生物的形象，传说它们可以辟除火患。除了街面上偶尔有汽车经过，这座小城几乎原汁原味地保留了100年前的日本街市风貌。

勝山的另一个特色更现代化一些，那就是被称为“暖帘”的彩色店铺门帘。传统上，这种半截式的门帘大多都是通用款式，挂在店门外表示正在营业中。勝山的暖帘却非常与众不同，它们都是别具一格的天然织染工艺品，每一幅都出自本地织染家加纳容子之手。她与城中所有商铺老板合作，为每家店铺度身定制暖帘图案，展示店铺各自的经营特色。有的很写实，比如为咖啡馆设计的图案就是一杯冒着热气的咖啡，周围散落着跳跃的咖啡豆。有的更抽象一些，蕴含着店主的理念，吸引来访者进门探寻这家店铺究竟是做什么样的生意。比如，暖帘上是一个蹲在绿色田野里的快乐的小怪物，进门后发现，原来是家酒吧。

哪怕只是漫步主街，欣赏艳丽的暖帘与传统建筑交相辉映，就已完全值得专程来到勝山，何况店铺里还有更多有趣的体验正在等待着你。拥有200年历史的清酒厂开办了商店和餐厅招待来访者；画廊里陈列着本地艺术品和诸如竹编篮子等手工艺品；纪念品商店里有新鲜出笼的酒馒头（一种用清酒制作的传统点心，馅料是甜美的豆沙）出售。当然还有加纳容子的画室，来访者可以在这里动手学习织染，或亲自设计一个暖帘作为真正独一无二的纪念品带回家中。

<繁体字>

勝山：傳統街景與當代藝術

昔日的城下町（圍繞城堡修建的城市）勝山坐落於岡山縣北部的旭川河岸，地理優勢讓它早在江戶時代（1603-1867）便成為了一個富裕的商業城市。河道中，旭川將原木從當地木材產地順流送達下游的碼頭；陸地上，出雲街道連接起西部日本海沿海諸市以及兵庫縣南部的姫路市，往來運輸各種貨物。

勝山的主街一帶如今是歷史保護街區，街道兩旁精美的住宅、商店和倉庫都是當年商人們修建的。狹窄的街道旁排列著雙層的房屋，每一棟都有白灰泥的正牆，木格子窗，屋頂的陶瓦一片疊著一片，店鋪門面與鋪設的道路齊平。細心的遊客多半會留意到牆壁上的灰泥浮雕「鍔繪」和屋脊上裝飾的鴟尾。這裡的鴟尾都被雕刻成龍和其他神話生物的形象，傳說它們可以辟除火患。除了街面上偶爾有汽車經過，這座小城幾乎原汁原味地保留了100年前的日本街市風貌。

勝山的另一個特色更現代化一些，那就是被稱為「暖簾」的彩色店鋪門簾。傳統上，這種半截式的門簾大多都是通用款式，掛在店門外表示營業中。勝山的暖簾卻非常與眾不同，它們都是別具一格的天然織染工藝品，每一幅都出自當地織染家加納容子之手。她與城中所有商鋪老闆合作，為每家店鋪度身定製暖簾圖案，展示店鋪各自的經營特色。有的很寫實，比如為咖啡館設計的圖案就是一杯冒著熱氣的咖啡，周圍散落著跳躍的咖啡豆。有的更抽象一些，蘊含著店主的理念，吸引遊客進門探尋這家店鋪究竟是做什麼樣的生意。比如暖簾上是一個蹲在綠色田野裡的快樂的小怪物，進門後發現，原來是家酒吧。

哪怕只是漫步主街，欣賞豔麗的暖簾與傳統建築交相輝映，就已完全值得專程來到勝山，何況店鋪裡還有更多有趣的體驗正在等待著你。擁有200年歷史的清酒廠開設了商店和餐廳招待遊客；畫廊裡陳列著當地藝術品和諸如竹編籃子等手工藝品；紀念品商店裡有新鮮出籠的酒饅頭（一種用清酒製作的傳統點心，餡料是甜美的豆沙）出售。當然還有加納容子的畫室，遊客可以在這裡動手學習織染，或親自設計一個暖簾，將這獨一無二的紀念品帶回家中。

<日本語仮訳>

勝山：伝統的な町並みと近代アート

その昔、城下町（城を中心として築かれた都市）として栄えた勝山は、岡山県北部の旭川沿いに位置する。その地の利により、江戸時代（1603-1867）、勝山は商業の町として大いに繁栄した。旭川により、このエリアの木材産地帯から下流の港まで木材を容易に運搬することができた。一方、他の物品の輸送には、西日本の日本海沿いの都市と、兵庫県南部の姫路を結ぶ交易路の出雲街道が陸路として使用されていた。

勝山の商人は、現在の町並み保存地区である本通り沿いに、美しい家、店、倉庫を建てた。重なり合う陶器の屋根瓦、白い漆喰の正面構造、格子窓を特徴とする2階建ての建物が、狭い道路沿いに並び、店先は舗装された道路と同じ高さになっている。目の肥えた観光客であれば、壁の装飾的な漆喰のレリーフである鍔絵や、切妻の装飾物である鴟尾に気付くであろう。鴟尾は竜などの神獣を

表現した彫刻で、火除けの意味があると言われている。時折車が通る以外は、1世紀前とほぼ変わらない町並みを残している。

勝山ならではのもうひとつの特徴はより現代的なもの、つまり店頭の色鮮やかなのれんである。半身ほどの長さでごく普通ののれんは、昔から店の入り口の外に掛けられ、店が営業していることを示すために使われてきた。しかし、勝山ののれんは特別だ。すべて地元の染織家である加納容子氏が手掛けた、オリジナルの草木染めの作品なのである。彼女は、各店のオーナーと共に、それぞれの商売を表現するようなイメージをデザインする。中には、湯気をたてる1杯のコーヒーの周りで豆が踊っているカフェ向けのデザインなど、具体的な描写もある。一方で、オーナーの精神を表現するような、また、観光客の気を引き入店を促しつつも、表現から業種を想像することができるような、抽象性の高いイメージを取り入れる場合もある。例えば、一面の緑の中で、楽しそうな小さな鬼がしゃがんでいるというようなデザインで、入ってみたら、実はバーだった。

伝統的な建築を背景に、華やかなのれんを眺めながらメインストリートを歩くだけでも勝山を訪れる価値は十分あるが、店舗の中でも興味深い体験ができる200年の歴史を持つある造り酒屋には、ショップとレストランが設けられ、観光客を迎えている。ギャラリーでは地元のアート作品や竹で編んだ籠などの手工芸品が展示されており、お土産ショップでは、蒸したての酒饅頭（酒が入っている皮であんこを包んだ伝統的なお菓子）が販売されている。また、加納容子氏のアトリエでは、染色体験やオリジナルののれんをデザインするなど、他にはないユニークなお土産を制作できる。

【タイトル】 神庭の滝

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**神庭瀑布**

神庭瀑布宽 20 米，落差达 110 米，是中国地方*最大的瀑布之一。瀑布从山顶落下，翻滚越过一道道黑色的火山岩架，俨然一副生动的中国水墨山水画。在靠近瀑布中央的地方，水帘被一块狭长的石头一分为二。这块石头被称为“鲤鱼岩”，因为它的模样很像一条逆流而上的大鱼。此处远望如明信片一般的风景名列“日本百景”“日本百大瀑布”等榜单。

神庭瀑布位于一个占地约 1 万平方米的自然公园内。维护良好的小道随着岩石河床蜿蜒前行，一直通到瀑布脚下。河岸两侧生长着枫树、桂花树和榉树，夏日里绿意盎然，秋天则金红交织。每年春天，一种名叫“福樱”的樱花树绽放出仿佛小菊花般饱满蓬松的花朵。每朵花由数百片花瓣堆叠而成，花心呈深紫红色，向外渐变为淡淡的粉红色。

小道还经过另一个风景宜人的瀑布，瀑布的日文名叫“玉垂れ”(tamadare)，大体可以理解为“垂挂的珠帘”。涓涓溪流沿着青苔覆盖的岩架流淌，然后坠入下方的河流中，发出悦耳的叮咚声。这幅景象宛如雨帘自茅葺屋顶垂落，瀑布之名正来源于此。

这个公园里生活着大约 160 只日本猕猴。它们是日本本土原生物种，也是全世界除人类之外生存区域最靠北的灵长类生物，活动范围可达本州岛最北端。公园里的这些小家伙并不总是会出现在瀑布附近，因为它们大多数时间都在海拔更高的山上觅食。尽管如此，幸运的来访者依然有机会窥见它们的身影。春天，母猴会抱着哄着闹脾气的新生儿；夏日，半大的小猴们吵吵嚷嚷，嬉戏打闹；到了秋天，成年的猴子们面色赤红，标志着它们已经做好了交配的准备。

来访者不可携带食物进入公园，以免引来猴子偷抢。

※中国地方：日本本州西部地区名，包括鸟取、岛根、冈山、广岛、山口五县。

<繁体字>**神庭瀑布**

神庭瀑布寬 20 公尺，落差達 110 公尺，是中國地方*最大的瀑布之一。瀑布從山頂落下，翻滾越過一道道黑色的火山岩架，儼然一副生動的中國水墨山水畫。在靠近瀑布中央的地方，水簾被一塊狹長的石頭一分為二。這塊石頭被稱為「鯉魚岩」，因為它的模樣很像一條逆流而上的大魚。這處遠望如明信片一般的風景名列「日本百景」、「日本百大瀑布」等榜單。

神庭瀑布位於一個占地約 1 萬平方公尺的自然公園內。維護良好的小道隨著岩石河床蜿蜒前行，一直通到瀑布腳下。河岸兩側生長著楓樹、桂花樹和櫻樹，夏日裡綠意盎然，秋天則金紅交織。每年春天，一種名叫「福櫻」的櫻花樹綻放出仿佛小菊花般飽滿蓬鬆的花朵。每朵花由數百片花瓣堆疊而成，花心呈深紫紅色，向外漸變為淡淡的粉紅色。

小道還經過另一個風景宜人的瀑布，瀑布的日文名叫「玉垂れ」（tamadare），差不多可以理解成「垂掛的珠簾」。涓涓溪流沿著青苔覆蓋的岩架流淌，然後墜入下方的河流中，發出悅耳的叮咚聲。這幅景象宛如雨簾自茅葺屋頂垂落，瀑布之名正來源於此。

這個公園裡生活著大約 160 隻日本獼猴。牠們是日本本土原生物種，也是全世界除人類之外生存區域座標最北方的靈長類生物，活動範圍可達本州最北端。公園裡的這些小傢伙並不總是會出現在瀑布附近，因為牠們大多數時間都在海拔更高的山上覓食。儘管如此，幸運的遊客依然有機會窺見牠們的身影。春天，母猴會抱著哄著鬧脾氣的新生兒；夏日，未成年的小猴們吵吵嚷嚷，嬉戲打鬧；到了秋天，成年的猴子們面色赤紅，標誌著牠們已經做好了交配的準備。

遊客不可攜帶食物進入公園，以免引來猴子偷搶。

※中國地方：日本本州西部地區名，包括鳥取、島根、岡山、廣島、山口五縣。

<日本語仮訳>

神庭の滝

高さ 110 メートル、幅 20 メートルの神庭の滝は、中国地方※最大の滝の 1 つである。滝のてっぺんから黒い火山岩が続く岩肌を水が転がり落ちてくる様子は、中国の水墨画さながらである。水の流れは、中央近くにある幅の狭い岩によって分断されながら、滝の底に落ちていく。この岩は、上流に向かって泳ぐ巨大な魚に外観が似ていることから、「鯉岩」と呼ばれている。絵葉書にふさわしいその美しい眺めから、神庭の滝は「日本百景」や「日本の滝百選」にも選ばれている。

神庭の滝は、1 万平方メートルの広さを誇る自然公園の中にあり、整備された小道が滝の麓までつながっている。沿道には岩だらけの川床を流れるせせらぎを見ることができ、この脇に立ち並ぶカエデ、桂、ケヤキは、夏は青々と茂り、秋は彩り豊かな赤や黄色に変化する。毎年春には、「フクザクラ」と呼ばれる桜の木の種類が、小さな菊を連想させるふつくらとした花を咲かせる。一つの花に何百枚もの花弁があり、中心部の暗い赤紫色から縁の淡いピンク色まで、徐々に明るく変化する。

小道は、「玉垂れの滝」と呼ばれる風光明媚なもう一つの滝を通る。細流が苔で覆われた岩棚に沿って少しずつ流れ落ち、優美な雫の音を立てながら下方の小川に流れ込む。この光景は、雨が草葺き屋根を流れ落ちる様子に似ており、滝の名前の由来にもなっている。

この公園には、約 160 匹の野生のニホンザルが住んでいる。日本固有の種であるニホンザルは、世界中のあらゆるヒト以外の霊長類の中で最も北に生息しており、その生息域は本州最北端にまで及ぶ。神庭の滝のニホンザルの群れは、山の高い所で餌を探して多くの時間を過ごすので、いつも滝の近くで見られるというわけではない。しかし、運が良ければ春に母親サルがぐずる赤ちゃんサルを抱いてあや

す様子や、夏に若いサルたちが騒々しく鬼ごっこをする様子、秋に交尾期を示す鮮やかな緋色の顔をした大人のサルが見られることもある。

サルが食べ物を奪い取ろうとすることがあるため、公園内への食物の持ち込みはご遠慮いただきたい。

※中国地方：鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県を含む、日本の本州西部を占める地域。

【タイトル】道の駅「風の家」

【想定媒体】WEB

<簡体字>**“风之家”服务区**

“风之家”是一个热闹的旅游景点，每年吸引着 40 多万游客前来造访。如此庞大的数字，也许会让人误以为这里是游乐园或博物馆，其实它只是一个公路旁的服务区，日语里叫“道の駅”(michi no eki)，即道之站。日本共有 1180 个这样的连锁服务区，“风之家”就是其中之一。这里配置了免费停车场、公共洗手间、旅游咨询中心和出售本地土产的一站式购物中心等服务设施。

但这个服务区最大的亮点，却是它颇具规模的蔬果市场。本地人和旅行者都很喜欢来这里购买蒜山出产的时令产品。其中，最著名的土特产之一便是蒜山大根（白萝卜）。萝卜是日本料理里的常用食材，而蒜山大根更是格外受欢迎，因为它的品相与口味一样值得称道。日本的消费者特别看重食材的品相，为了种出模样完美、没有一丝瑕疵的水果和蔬菜，农民们不惜时间与心力。蒜山的黑色火山土壤质地松软，能让萝卜笔直生长而不受任何损伤，与此同时，土壤里的矿物成分与水分也成就了蒜山大根脆嫩多汁的口感与丰富的营养。

借助一套简单的产品溯源系统，风之家通过农产品销售为本地社区提供支持。每一位本地居民都能领取一个绿色展示盘，将它带回家后装满农产品再送回服务区销售。所有“供货商”都会分配到一个注册好的条形码，用来贴在他们的产品上。收银时扫描条形码，便能将一定比例的销售收入定向分配给生产者。为这个市场提供货品的并不仅限于专职农民，其他本地居民，比如想要赚些零花钱贴补养老金的老年人，都会将自家的农产品送到这里销售。还有人会上山采来各色山珍出售，比如珍贵的蘑菇、野生蜂斗菜，或是本地方言里称之为“グイビ”(guibi)的酸味枣子。

除了农产品市场，“风之家”里还有一个出售本地特产和手工艺品的小商店。此外，来访者也可以在餐厅兼咖啡厅里品尝冈山美食，比如广受欢迎的蒜山炒面。

<繁体字>**「風之家」服務區**

「風之家」是一個熱鬧的旅遊景點，每年吸引著 40 多萬遊客前來造訪。如此龐大的數字，也許會讓人誤以為這裡是遊樂園或博物館，其實它只是一個公路服務區，日語裡叫「道の駅」(michi no eki)，即道之站。日本共有 1180 個這樣的連鎖服務區，「風之家」

就是其中之一。這裡有免費停車場、公共廁所、遊客中心和出售當地土產的一條龍購物中心。

但這個服務區最大的亮點，卻是它頗具規模的蔬果市場。當地人和旅行者都很喜歡來這裡購買蒜山出產的時令產品。其中，最著名的土產之一便是蒜山大根（白蘿蔔）。蘿蔔是日本料理裡的常用食材，而蒜山大根更是格外受歡迎，因為它的品相與口味一樣值得稱道。日本的消費者特別看重食材的品相，為了種出模樣完美、沒有一絲瑕疵的水果和蔬菜，農民們會花費大量的時間與心力。蒜山的黑色火山土壤質地鬆軟，能讓蘿蔔筆直生長而不受任何損傷，與此同時，土壤裡的礦物成分與水分也成就了蒜山大根脆嫩多汁的口感與豐富的營養。

借助一套簡單的產品溯源系統，風之家通過農產品銷售為當地社區提供支援。每一位當地居民都能領取一個綠色展示盤，將它帶回家後裝滿農產品再送回服務區銷售。所有「供應商」都會分配到一個註冊好的條碼，用來貼在他們的產品上。收銀時掃描條碼，便能將一定比例的銷售收入定向分配給生產者。為這個市場提供貨品的並不僅限於全職農民，其他當地居民，比如想要賺些零用錢貼補退休金的老年人，都會將自家的農產品送到這裡銷售。還有人會上山採各色山珍出售，比如珍貴的蘑菇、野生蜂斗菜，或是當地方言裡稱之為「グイビ」（guibi）的酸味棗子。

除了農產品市場，風之家裡還有一個出售當地特產和手工藝品的商店。此外，遊客也可以在餐廳兼咖啡廳裡品嚐岡山美食，比如廣受歡迎的蒜山炒麵。

<日本語仮訳>

道の駅「風の家」

「風の家」は、毎年 400,000 人以上の観光客が訪れる、賑やかな観光地である。この数を見ると遊園地や博物館を想像するかもしれないが、実際には道路沿いに設置されている休憩エリア、つまり道の駅である。このような一連の施設が日本中に 1,180 箇所あり人気を博している。その一つである風の家には無料駐車場や公共トイレがあり、観光案内、そして地元農産物のワンストップショッピングサービスを提供している。

風の家最大の目玉と言えば、果物や野菜の広い市場であり、地元の人も観光客もこぞって蒜山の季節の恵みを買いに訪れる。その有名な特産品の 1 つが、ひるぜん大根である。大根は日本の料理には欠かせないが、ひるぜん大根は特に需要が高く、味だけでなく見た目についても高い評価を受けている。農家が、傷が無い完全な形状の果物や野菜を生産することに数え切れないほどの多くの時間、専門的な労働力を費やす日本においては、外観は重要な品質要素である。蒜山の柔らかい黒い火山性土壌のおかげで、大根は傷なく真っ直ぐ伸びることができる。また、土壌のミネラル成分と水分により、みずみずしく栄養価の高い大根になるのである。

農産物を追跡する簡単なシステムが構築されることで、風の家は農産物を販売することにより、地域社会を支えることにつながっている。住民は誰でも、緑の陳列用のトレイを家に持ち帰り、売りたい農産物をそのトレイに詰めて店に戻すことができる仕組みになっている。それぞれの販売者が登録したバーコードを用いて、出品する品物にラベルを付ける。精算レジで素早くスキャンするだけで、確実に売上

金の一部がその生産者に送られる。この市場に品物を供給できるのは、プロの農業従事者だけではない。年金生活の副収入として農業に取り組む年配者など、他の住民もここで農産物を販売している。中には、珍しいきのこやふきのとう、地元の方言でグイビとして知られる酸っぱいグミの実など、山で採集した珍味を出品する者もいる。

総合施設である風の家には、農産物市場以外にも、この地域の特産品や手工芸品を販売する小売店や、人気の高いひるぜん焼きそばなど、岡山名物を楽しむことができるカフェレストランもある。

【タイトル】 蒜山やつか温泉 快湯館

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

蒜山八塚温泉 快湯館

蒜山气候凉爽，四面高山环绕，是户外运动的天堂。徒步、滑雪全年都很热门，而快汤馆温泉及其配套的休闲娱乐设施提供了更多选择，让来访者可以在这片山谷里痛快挥汗。

快汤馆里配备有各类运动场馆，一切必要装备均可租借。高尔夫练习场、网球场、足球场、棒球场、篮球场、室内游泳池以及自行车租赁对大部分旅行者而言都很熟悉，然而，快汤馆内还设有场地高尔夫课程，这是日本人发明的运动项目，沿用了传统高尔夫的规则，装备却是类似门球里的木头球棒。这项运动在一片平坦的果岭上进行，球座到球洞的距离比较短。场地高尔夫很容易上手，适合所有年龄层，所以是非常适合家庭的运动项目。

运动过后在快汤馆富含氡元素的温泉里泡个澡，是恢复元气、舒缓疲劳肌肉的理想方式。在日本，此处温泉水以氡含量最高而著称。这种元素来自火成岩中铀的放射性衰变。温泉水里的氡并不存在健康风险，相反有研究表明，这种天然放射性物质的低剂量辐射，反倒能够引发一种刺激效应，调动身体免疫系统，有利健康。室内温泉设施包括岩石池、按摩池和桑拿屋。露天浴池设在一个小庭园里，夜幕降临后，在这里还能看到漂亮的银河，令人难忘。

<繁体字>

蒜山八塚温泉快湯館

蒜山氣候涼爽，四面高山環繞，是戶外運動的天堂。徒步、滑雪全年都是熱門活動，而快湯館溫泉及其配套的休閒娛樂設備則提供了更多選擇，讓遊客可以在這片山谷裡痛快揮汗。

快湯館裡配備有各類運動場館，一切必要裝備均可租借。高爾夫練習場、網球場、足球場、棒球場、籃球場、室內游泳池以及自行車租賃對大部分旅行者而言都很熟悉，然而，快湯館內還設有場地高爾夫課程，這是日本人發明的運動項目，沿用了傳統高爾夫的規則，裝備卻是類似槌球裡的木頭球棒。這項運動在一片平坦的果嶺上進行，球座到球洞的距離比較短。場地高爾夫很容易上手，適合所有年齡段，所以是非常適合家庭的運動。

運動過後在快湯館富含氡元素的溫泉裡泡個湯，是恢復元氣、舒緩疲勞肌肉的理想方式。在日本，這處溫泉水以氡含量最高而著稱，這種元素來自火成岩中鈾的放射性衰變。溫泉水裡的氡並不存在健康風險，相反有研究表明，這種天然放射性物質的低劑量輻射，

反側能夠引發一種刺激效應，促進身體免疫系統，有利健康。室內溫泉包括岩石池、按摩池和桑拿屋。露天浴池設在一個小庭園裡，夜幕降臨後，在這裡還能看到漂亮的銀河，令人難忘。

<日本語仮訳>

蒜山やつか温泉 快湯館

冷涼な気候や山に囲まれた地の利によって、蒜山はアウトドアスポーツのメッカとなっている。ハイキングやスキーは常に人気のスポーツだが、快湯館とそのレジャースポーツ施設においては、この谷で汗を流す方法がいくつも提供されている。

快湯館は様々なスポーツ施設を備えており、それぞれ必要な用具一式と合わせてレンタル利用することができる。ゴルフ練習場、テニスコート、サッカー場、野球場、バスケットボールコート、屋内プール、そしてレンタサイクルは、ほとんどの観光客にとって身近な存在であろう。しかしそれ以外にも、伝統的なゴルフのルールに従いつつも、クロケットのマレットに似た木製のクラブを用いる、日本で新たに考案されたスポーツ、グラウンドゴルフのコースがある。グラウンドゴルフは、ティーをホールから比較的近い距離に置き、平坦なグリーンでプレーする。年齢を問わず容易に習得することができるため、家族で楽しめる。

運動後に疲れた筋肉をリフレッシュし、癒すためには、ラドンを豊富に含む快湯館の温泉につかるのが最適である。この湯は、国内屈指の高濃度のラドンを含むことで知られている。ラドンは、火成岩に存在するウランの放射性崩壊が生み出した元素だが、温泉中のこの物質が健康にリスクをもたらすことはない。むしろ、このような天然の放射線を少量浴びることで体の免疫力を高め、健康を増進させるホルミシス効果が得られることを示す研究がある。屋内温泉設備としては、岩風呂、ジャグジー、サウナがある。小さな庭園に囲まれた露天風呂では、日が暮れると思わず圧倒されるような天の川の眺めが楽しめる。

【タイトル】 希少な生き物との出会い：オオサンショウウオ

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

遇见珍稀物种：日本大鲵

日本大鲵是什么？

日本大鲵(*Andrias japonicus*)是日本本土特有物种，当地称它们为“ハンザキ”(hanzaki)。同它们生活在中国和北美洲的两种同类一样，这种完全生活在水里的两栖动物堪称活化石，历经数百万年的进化，却几乎没有发生什么变化。

日本大鲵这种两栖生物在标准日语中一般被称为“大山椒魚”(ōsanshōuo)，“山椒魚”(sanshōuo)是这个物种的总称。当地人的叫法——“ハンザキ”(hanzaki)，是“被撕成两半”的意思，指的是它们拥有断肢再生的能力。这个名字同时也代表了一种日本民间信仰：即便被撕成两半也能继续活下去。

日本大鲵和中国大鲵是世界上现存最大的蝾螈类动物。它们成长到15~20岁之间才算成年，体长可达150厘米，体重可达35公斤，最长可存活70年以上。

日本大鲵的小眼睛长在头部前侧。虽然目前还不清楚视力如何，但它们可以追踪运动物体，捕捉任何游动到嘴边的东西。它们是从不挑剔的食客，靠着一副能大角度张开的下颌与尖利的细牙，从螃蟹、鱼、其他两栖动物、昆虫，直至小型哺乳动物，什么都吃。和大多数蝾螈类动物一样，日本大鲵出生时是有鱼鳃的，长到3岁左右时，这些鱼鳃才开始渐渐退化。在那之后，它们便转而通过皮肤获得氧气，身体两侧松弛的褶皱则能有效增加它们皮肤的表面积。正因为这样，大鲵需要生活在清澈的急流水域，以确保水中有充足的氧气供它们呼吸。

日本大鲵生活在石头河床的江河或溪流中，平时多藏身于河岸边的洞穴或狭长洞窟里。这些地方也是它们交配的巢穴，一个洞里只有一只雄性大鲵，它们会努力吸引雌性大鲵到自己的地盘产卵生子。产卵季通常从8月下旬开始，一直延续到9月中旬。一旦雌性产完卵，“洞穴主人”就会释放精子，为卵子授精，然后再花上6个月时间来守护鱼卵和孵出的幼仔。

可悲的是，诸如筑坝、驳岸硬化等人类行为已经摧毁了许多日本大鲵的栖息地，或是将它们的生存空间割裂得支离破碎。《红色目录》是日本环境省就存在灭绝风险的物种发布的指导性文件，在2020年的版本里，日本大鲵的等级已经从“近危”(NT)提升到了“易危”(VU)。

本地文化里的日本大鲵

本地有一个民间故事：有一条 10 米长的大鲺吞吃所有不小心靠近的牲畜和人，令村民万般苦恼，于是村民悬赏寻找能够杀掉这头怪物的人。一个名叫彦四郎的男子应募前往。他将一把利刀含在嘴里跳进水中后，立刻被大鲺囫圇吞下。彦四郎在大鲺的肚子里大肆挥刀，将其杀死。然而，就从那天开始，彦四郎的家里便有奇怪的声音萦绕不去，最终他和全家人都神秘地死去了。为了安抚复仇的大鲺幽魂，村民们专门为它建造了一座神社，并称它为“鲺大明神”。

每年 8 月 8 日，汤原町的大鲺祭就是为了祭拜这个特别的神明。届时，两架巨大的山车（花车）将跟随舞者和伴奏者的脚步穿行于大街小巷，山车顶上各装饰着一个大鲺像，一个是皮肤红润的雌性，另一个则是肤色黝黑的雄性。天黑后，大鲺形状的提灯山车加入狂欢，最后以烟花表演结束整场祭典。

观察日本大鲺

日本大鲺已被指定为国家特别天然纪念物。它们深居简出，在野外很难见到，但来访者可以在真庭的大鲺中心观察这种珍贵的保护物种。

中心成立于 1971 年，是一家专门研究及保护大鲺的机构。中心里生活着众多日本大鲺，从尚在卵中的胚胎，到成年个体，囊括了这一物种的各阶段形态。在保护饲养的成年个体中，体长 150 厘米、体重 30 多公斤的最大个体记录也是这个中心创下的。通过中心的展览，来访者可以了解这种珍稀动物的相关信息，如：它们的野外自然栖居环境，关于它们的本地传说和目前的相关保护措施与尝试等。

<繁体字>

遇見珍稀物種：日本大鲺

日本大鲺是什么？

日本大鲺（*Andrias japonicus*）是日本本土特有物種，當地稱牠們為「ハンザキ」（hanzaki）。同牠們生活在中國和北美洲的兩種同類一樣，這種完全生活在水裡的兩棲動物堪稱活化石，歷經數百萬年的演化，卻幾乎沒有發生什麼變化。

在標準日語中，日本大鲺這種兩栖生物一般被稱為「大山椒魚」（ōsanshōuo），「山椒魚」（sanshōuo）是這個物種的總稱。當地人的叫法——「ハンザキ」（hanzaki），是「被撕成兩半」的意思，指的是牠們擁有斷肢再生的能力。這個名字同時也代表了一種日本民間信仰：即便被撕成兩半也能繼續活下去。

日本大鲺和中國大鲺是世界上現存最大的蝾螈類 t 動物。牠們成長到 15~20 歲之間才算成年，體長可達 150 公分，體重可達 35 公斤，最長可存活 70 年以上。

日本大鲺的小眼睛長在頭部前側。雖然目前還不清楚視力如何，但牠們可以追蹤運動物體，捕捉任何游動到嘴邊的東西。牠們是從不挑剔的食客，靠著一副能大角度張開的下頷與尖利的細牙，從螃蟹、魚、其他兩棲動物、昆蟲，直至小型哺乳動物，什麼都吃。和

大多數蝾螈類動物一樣，日本大鯢出生時是有魚鰓的，長到 3 歲左右時，這些魚鰓才開始漸漸退化。在那之後，牠們便轉而通過皮膚獲得氧氣，身體兩側鬆弛的褶皺則能有效增加牠們皮膚的表面積。正因為這樣，大鯢需要生活在清澈的急流水域，以確保水中有充足的氧氣供牠們呼吸。

日本大鯢生活在石頭河床的江河或溪流中，平時多藏身於河岸邊的洞穴或狹長洞窟裡。這些地方也是牠們交配的巢穴，一個洞裡只有一隻雄性大鯢，牠們會努力吸引雌性大鯢到自己的地盤產卵生子。產卵季通常從 8 月下旬開始，一直延續到 9 月中旬。一旦雌性產完卵，「洞穴主人」就會釋放精子，為卵子授精，然後再花上 6 個月時間來守護魚卵和孵出的幼仔。

可悲的是，諸如築壩、駁岸水泥化等人類行為已經摧毀了許多日本大鯢的棲息地，或是將牠們的生存空間割裂得支離破碎。《紅色目錄》是日本環境省就存在滅絕風險的物種發佈的指標，在 2020 年的版本裡，日本大鯢的等級已經從「近危」（NT）提升到了「易危」（VU）。

在地文化裡的日本大鯢

當地有一個民間故事：有一條 10 公尺長的大鯢吞掉了所有不小心靠近的牲畜和人，令村民萬般苦惱，於是村民懸賞尋找能夠殺掉這頭怪物的人。一個名叫彥四郎的男子應募前往。他將一把利刀含在嘴裡跳進水中後，立刻被大鯢囫圇吞下。彥四郎在大鯢的肚子裡大肆揮刀，將其殺死。然而，就從那天開始，彥四郎的家裡便有奇怪的聲音縈繞不去，最終他和全家人都神秘地死去了。為了安撫復仇的大鯢幽魂，村民們專門為牠建造了一座神社，並稱牠為「鯢大明神」。

每年 8 月 8 日，湯原町的大鯢祭就是為了祭拜這個特別的神明。屆時，兩架巨大的山車（花車）將跟隨舞者和伴奏者的腳步遊行於大街小巷，山車上各裝飾著一個大鯢像，一個是皮膚紅潤的雌性，另一個則是膚色黝黑的雄性。天黑後，大鯢形狀的提燈山車加入狂歡，最後以煙花表演結束整場祭典。

觀察日本大鯢

日本大鯢已被指定為國家特別天然紀念物。牠們深居簡出，在野外很難見到，但遊客可以在真庭的大鯢中心觀察這種珍貴的保護物種。

中心成立於 1971 年，是一家專門研究及保育大鯢的機構。中心裡生活著許多日本大鯢，從尚在卵中的胚胎，到成年個體，囊括了這一物種的各階段形態。在保護飼養的成年個體中，體長 150 公分、體重 30 多公斤的最大個體記錄也是這個中心創下的。透過中心的展覽，遊客可以瞭解這種珍稀動物的相關資訊，如：牠們的野外自然棲居環境，關於牠們的當地傳說和目前的相關保育措施與嘗試等。

<日本語仮訳>

希少な生き物との出会い：オオサンショウウオ

ハンザキとは

ハンザキは、日本の固有種であるオオサンショウウオ（学名：Andrias japonicus）の地方名である。この完全な水棲両生類は、中国と北アメリカに生息する仲間の 2 品種と同じく、何百万年という進化の過程を経てもほとんど変化が見られない、生きた化石である。

一般的な日本語ではこの両生類はオオサンショウウオと呼ばれる。オオは「大きい」、サンショウウオはこのような生物種の総称である。一方、ハンザキという名前は「半分に引き裂かれた」という意味で、切断された手足を再生するオオサンショウウオの能力を表している。また、半分に切られても生き延びることができるという民間伝承の基にもなっている。

中国の類似種と同様、オオサンショウウオは、現存するサンショウウオの種として世界最大の大きさを誇る。15～20 歳で成熟し、体長 150 センチメートル、重さ 35 キログラムまで成長することがある。寿命は、70 年以上になることもある。

ハンザキは、頭の前方に小さな目がある。どれほどの視力があるのかは不明だが、動きをとらえて口の近くで動く物はすべて捕らえてしまう。大きく開く顎と小さな鋭い歯を使い、カニ、魚、他の両生類、虫、小さな哺乳動物まで捕まえて、無差別に食べる。ハンザキは、ほとんどのサンショウウオがそうであるようにえらが付いた状態で生まれるが、3 歳頃になるとえらは消失し始める。その後は、皮膚を通して酸素を吸収する。皮膚の表面積を広げて酸素の吸収を促進するため、体の側面に沿って緩く折り畳まれた部分がある。そのため、呼吸するのに十分な酸素を行き渡らせる、清潔で動きの速い水を必要とするのである。

オオサンショウウオは、底が砂利の川や小川に、川べり沿いの穴や狭い空間に身を潜めて生息している。これらはまた、交尾のための巣穴の役割も果たす。それぞれの巣穴を、雌を引き込み自分の縄張りで産卵してもらおうと、一匹の雄が守っている。通常 8 月下旬から 9 月中旬までに産卵し、終わると、この「巣の主」は、卵を受精させるため精子を放出し、その後の 6 か月間は、卵や卵からふ化した幼生を守りながら過ごす。

残念なことに、ダム建設やコンクリートの護岸工事といった人間の活動が、ハンザキの生息環境の多くを破壊したり、著しく分断されたりしている。環境省が管理する絶滅リスクの指標である『レッドリスト』の 2020 年版では、オオサンショウウオは、準絶滅危惧（NT）から絶滅危惧（VU）にカテゴリーが引き上げられている。

地方文化におけるハンザキ

この地方には、体長 10 メートルのハンザキが近寄ってきた家畜や人を食い尽くし、村を困らせたという民話がある。村人がこの怪物を退治した者に褒美を与えることにしたところ、彦四郎という男が志願した。彼は歯に短刀を噛みしめ、水に飛び込んだ。ハンザキはすぐに彦四郎を丸飲みにしたが、彼はハンザキを内側からハンザキを切り裂いて、怪物は死んでしまった。しかし、その日以降、彦四郎の家は奇妙な騒音に悩まされ、彼と彼の家族は皆、奇怪な死を遂げてしまう。村人は、怨霊となったハンザキを鎮めるために神社を建立し、「鯢大明神」の名を与えた。

毎年 8 月 8 日には、湯原の町でこの珍しい神に敬意を表し、はんだき祭りが開催される。赤みがかった雌と黒っぽい雄のハンザキの人形をそれぞれ乗せた 2 つの巨大な山車が、踊りやお囃子に合わせ

て通りを練り歩く。暗くなると、陽気な騒ぎの中にハンザキの形をした提灯山車が投入され、花火でお祭りは幕を閉じる。

ハンザキを観察する

国の特別天然記念物ハンザギは、隠れて生息する野生のハンザキを見つけるのは難しいが、真庭の「はんざきセンター」でこの貴重な生物を観察することができる。

1971年に設立された研究・保存施設であるはんざきセンターでは、卵内の胚から成体となるまで、すべての発育段階における複数のハンザキが、生きた状態で収容されている。また、体長 150 センチメートル、重さ 30 キログラム以上にもなる、保護下の成体としては記録的な大きさの個体も飼育している。センターの展示から、この希少動物の自然の生息環境や、地方の言い伝えの中で描かれているハンザキ、現在実施している保護の取り組みなどを学ぶことができる。

【タイトル】 福田神社と吉森堂

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

福田神社与吉森堂

福田神社和吉森堂都是每年夏季盂兰盆节期间上演真庭本地传统舞蹈“大宫踊”（大宫舞）的场所。7、8月的数日，本地多处场所都有大宫踊的演出，但这两处地点特别具有历史意义。

8月15日，在福田神社会上演每年最后一场大宫踊。本地人尊称这座神社为“大宫様”（ōmiya-sama），“大宫踊”的名字正是来源于此。福田神社供奉三位御祭神：风暴之神素戔鸣尊；稻米女神稻田姬命；建国与结缘之神大己贵命（别名大国主）。神社创建的具体时间不明，但已知它的历史至少可以追溯到公元13世纪，因为那一时期内有好几份史料都提到了它。现存木结构本殿（正殿）及其附属的参拜区域均建于1916年。

福田神社本殿内的参拜区域，便是这场大宫踊演出的室内舞台。年深日久，上方的铜屋顶早已染上了铜绿，四面无墙通风极佳，观众可以从三个方向欣赏演出。舞者踏着已经磨损老化的地板缓缓绕圈舞蹈，每一个舞步与舞姿都精致再现了狐狸的动作。舞场四周的高处悬挂了一系列大绘马（日本神社或寺院中许愿或感恩用的大木牌）。这里的木牌是几个世纪以来人们前来庆祝愿望成真、大功告成时留下的，上面都画着寓意吉祥的符号和日本历史上的喜庆场景。如今，这些大绘马已然成为传递历史、沿袭风俗的纽带，将现代舞者与他们祖先的生活、文化遗产联系在一起。

神社内有两棵巨大的银杏树，相传都已有大约650年的树龄。它们被视为圣物，因此，落叶是不可以被扫掉的。每到秋天，树叶变成美丽的金黄色，落在地面上集起厚厚的一层，仿佛为神社铺上了地毯。清晨时的景象尤其美丽，那时刚落下的叶子还没有被往来参拜者踩踏，静静地躺在被苔藓覆盖的两个石灯笼和在岁月中风化的“狛犬”（石狮子）周围。

大宫踊的另一个传统演出场所是吉森堂。这是一个朴素的木头台阁，四壁无墙，旁边就是冈山县最古老的一处墓地。在这里表演大宫踊，是为了祭拜埋葬于此的无名武士之灵。墓地中，两个花岗岩大佛塔所在的地方就是主墓群。墓碑上的文字已经不可辨认，但从样式判断，应该创作于公元1300年前后。主墓群周围小墓碑林立，它们大约出自400年前。虽然年代较近，但小墓碑所用的石材却没那么坚实，以至残损更为严重一些。过去，吉森堂和墓地周围全都是稻田，如今这片历史文化遗址被一群现代仓库和住宅包围，而历史与现代并肩而存，正是当今日本的典型写照。

吉森堂里供奉着一尊拥有 400 多年历史的阿弥陀佛木像，全年对公众开放。阿弥陀佛救赎众生，发愿带领众生在死后进入开悟之地的弥勒净土。作为日本影响力最大的佛教宗派，净土真宗所奉的主佛就是阿弥陀佛。

<繁体字>

福田神社與吉森堂

福田神社和吉森堂都是每年夏季盂蘭盆節期間上演真庭傳統舞蹈「大宮躑」（大宮舞）的場所。7、8 月的數日，當地多處場所都有大宮躑的演出，但這兩處地點特別具有歷史意義。

8 月 15 日，在福田神社會上演每年最後一場大宮躑。當地人尊稱這座神社為「大宮様」（ōmiya-sama），「大宮躑」的名字正是來源於此。福田神社供奉三位御祭神：風暴之神素戔鳴尊、稻米女神稻田姬命、建國與結緣之神大己貴命（別名大國主）。神社創建的具體時間不明，但已知它的歷史至少可以追溯到西元 13 世紀，因為那一時期內有好幾份史料都提到了它。現存木結構本殿（正殿）及其附屬的參拜區域均建於 1916 年。

福田神社本殿的參拜區域，便是這場大宮躑演出的室內舞台。年深日久，上方的銅屋頂早已染上了銅綠，四面無牆通風極佳，觀眾可以從三個方向欣賞演出。舞者踏著已經磨損老化的地板緩緩繞圈舞蹈，每一個舞步與舞姿都精緻再現了狐狸的動作。舞場四周的高處懸掛了一系列大繪馬（日本神社或寺院中許願或感恩用的大木牌）。這裡的木牌是幾個世紀以來人們前來慶祝願望成真、大功告成時留下的，上面都畫著寓意吉祥的符號和日本歷史上的喜慶場景。如今，這些大繪馬已然成為傳遞歷史、沿襲風俗的紐帶，將現代舞者與他們祖先的生活、文化遺產聯繫在一起。

神社內有兩棵巨大的銀杏樹，相傳都已有大約 650 年的樹齡。它們被視為聖物，因此，落葉是不可以被掃掉的。每到秋天，樹葉變成美麗的金黃色，落在地面上集起厚厚的一層，彷彿為神社鋪上了地毯。清晨時的景象尤其美麗，那時剛落下的葉子還沒有被往來參拜者踩踏，靜靜地躺在被苔蘚覆蓋的兩個石燈籠和在歲月中風化的「狛犬」（石獅子）周圍。

大宮躑的另一個傳統演出場所是吉森堂。這是一個樸素的木頭台閣，四壁無牆，旁邊就是岡山縣最古老的一處墓地。在這裡表演大宮躑，是為了祭拜埋葬於此的無名武士之靈。墓地中，兩個花崗岩大佛塔所在的地方就是主墓群。墓碑上的文字已經不可辨認，但從樣式判斷，應該創作於西元 1300 年前後。主墓群周圍小墓碑林立，它們大約出自 400 年前。雖然年代較近，但小墓碑所用的石材卻沒那麼堅實，以至破損更為嚴重一些。過去，吉森堂和墓地周圍全都是稻田，如今這片歷史文化遺址被一群現代倉庫和住宅包圍，而歷史與現代並存，正是當今日本的典型寫照。

吉森堂裡供奉著一尊擁有 400 多年歷史的阿彌陀佛木像，全年對公眾開放。阿彌陀佛救贖眾生，發願帶領眾生在死後進入開悟之地的彌勒淨土。作為日本影響力最大的佛教宗派，淨土真宗所奉的主佛就是阿彌陀佛。

<日本語仮訳>

福田神社と吉森堂

真庭の夏のお盆の時期に、福田神社と吉森堂の 2 箇所で伝統的な踊り、大宮踊が踊られる。7 月から 8 月にかけての数日間、数か所で催されるが、福田神社と吉森堂は中でも特に由緒ある場所だ。

福田神社では、毎年 8 月 15 日に大宮踊のフィナーレを迎える。地元の人々は、この神社を大宮様と呼ぶ。これが、踊りの名前の由縁である。御祭神は、嵐の神である素盞鳴尊、米の女神である稲田姫命、そして、国造りや縁結びの神である大己貴命（別名大国主）の三神である。正確な建立年は不明だが、複数の歴史書の記述から、その歴史は少なくとも 13 世紀まで遡ることができる。木造の本殿や、それに繋がる参拝エリアは、1916 年に建てられたものである。

福田神社本殿内の大宮踊が催される参拝エリアは、年季が入り緑に変色した銅の屋根で覆われているが、壁は、風が入るように開放されている。観客は、踊り手が狐の動きを模して正確なステップや身振りを披露しながら擦り切れた木の床でゆっくりと円を描く様子を、3 方向から見守る。踊り場の周囲には、複数の大絵馬（祈願や報謝のために、社寺に奉納する大きな木の額）が吊るされている。何世紀にもわたってご利益を受け、大願成就を祝して奉納されてきた大絵馬には、縁起が良いとされる文様や歴史上の光景が描かれている。今日、これらの大絵馬は、現代の踊り手と、先祖の暮らしや文化的伝統とを繋ぐ役目を果たしている。

境内にある 2 本の大きなイチヨウの木は、樹齢およそ 650 年と考えられている。イチヨウは神聖なものとしていたため、秋に黄金色に美しく変化するイチヨウの葉は、かき集めず、地面に敷き詰めたままにしてある。早朝に訪れると、新たに落ちた葉が通行する参拝客に乱されていない状態で残り、苔で覆われた石灯籠や、風化した狛犬（石獅子）の周りに吹きだまりとなっており、とりわけ見事である。

大宮踊が踊られるもう一つの由緒ある舞台である吉森堂は、岡山県最古の墓地の一つに隣接する、横壁のない木造の質素な建物である。この場所で催される踊りは、ここに埋葬された名も無き武士の魂に敬意を表したものである。花崗岩でできた 2 つの大きな塔は、主墓を表している。その碑文はもはや読めないが、様式からすると 1300 年頃のものである。塔の回りには、およそ 400 年前に作られた小さな墓碑が集まっている。これらはより新しい時代のものだが、耐久性の低い石でできているため、摩耗が激しい。かつて吉森堂と墓の周囲には田んぼしかなかったが、現在はこの由緒ある文化的遺産の周りには現代的な倉庫や家屋が立ち並び、古いものと新しいものが共存する現代日本らしい様相を呈している。

吉森堂には、400 年前に建立された木造の阿弥陀仏像が安置されており、一年中公開されている。阿弥陀仏は、すべての衆生を死後浄土に導き救済することを誓った、救済者である。阿弥陀は、日本の仏教で最も広く信仰されている浄土真宗の中心的な仏である。

【タイトル】郷原漆器

【想定媒体】WEB

<簡体字>**郷原漆器**

蒜山是郷原漆器的产地。郷原漆器堪称艺术品，其最大的特点就是，在经过一系列雕刻、上漆等工艺后，依然能让最终成品保留并充分展示天然木纹的美感。

蒜山的漆器生产历史可以追溯到大约 600 年前。过去，这里生产的漆器与其他地区很相似，都是黯淡的黑色或红色产品，与如今独具特色的漆器完全不同。但是，那时的蒜山漆器漆层比较薄，用漆量少，因此，比其他地区的产品都要便宜一些。这使得蒜山漆器成为了一款实惠的旅行纪念品，受到造访“大山”及周边地区的参拜者欢迎。

这门手工艺产业在江户时代(1603-1867)达到巅峰，蒜山地区每年能够出产大约 40 万件漆器产品。然而，之后短短不到百年之间，特别因二战爆发，本地漆器产业近乎灭绝。战后严峻的经济条件大大减少了奢侈物品的需求，许多身怀必要技能的手工艺匠人也在战争中丧生。另外，原材料的短缺，尤其是大漆的不足也是原因之一，它们在战争期间被大量消耗在船体防腐保护等军事用途上。

此后的数十年间，本地都不再有人从事漆器生产。直到 20 世纪 80 年代，蒜山的手工业者借助留存下来的漆器样品和文献资料，重构了整个生产加工工艺，这才令本地漆器产业又获新生。为了制作出能够真正延续本地传统与特色的现代漆器，将现代产品与古老传统完美融合，今天的匠人们依然在继续寻找与过去相同的原材料。此外，他们还自己种植漆树，致力于教育推广，力求为这项传统工艺的未来提供保障。

制作郷原漆器的所有原材料都出自蒜山本地。木料取自周边高山上的野生栗树。通常，用于制作普通红色或黑色漆器的木材都采取纵向切割，以便最大限度地利用木材切分出更多木胎料，只是这样就必须牺牲木材本身的纹理。但木胎注定要漆上颜色，利用率自然成为优先考虑要素。然而，在郷原漆器的制作中，树干被横向切分成圆盘状。这限制了同一段木料所能分割出的木胎料数量，漆器的尺寸也受限于树干本身的直径，但这样做能完好保留生长年轮的天然美感，并在下一步涂漆过程中得到充分展现。

蒜山的手工艺人用自己亲手锻造的凿子，将圆盘形的胎料雕刻成木碗、盘子或其他物件。圆盘胎料则借助车床完成切削。木胎定型后，便是周而复始的打磨与上漆，每次打磨后都需要上一层漆，然后晾干。

制作漆器所用的大漆取自漆树(*Toxicodendron vernicifluum*)。在树皮上小心地割开一道切口，就能采集并加工到几百毫升漆树汁。漆树汁呈现出天然的深红褐色，常见漆器的鲜艳的深红色或漆黑色是在纯漆树汁里加入颜料调制而成的。蒜山的漆树汁里漆酚含量特别

高，而这种化合物能够促进漆的硬化，同时也为乡原漆器赋予了更深沉的光泽和绝佳的耐用性。

底漆干燥后，用硅藻土为其打磨抛光。硅藻土同样出自本地，含有大量粗糙的二氧化硅，可充当研磨颗粒。打磨工序能够让下一层漆附着得更加牢固，最终确保漆器的漆层坚固完整，不易剥落。

再上一层漆后，放到一个严格控制湿度的专用房间里进行干燥。这个步骤将不断重复，直到达到理想的色泽。这是一个漫长的过程，需要很高的控制技巧，否则难保不会弄花漆面，或因灰尘及其他碎屑损伤最终成品的光亮度。干燥过程需要时间、温度与湿度之间的精准平衡，因此，对操作者的经验要求很高。

乡原漆器总是越用越有光泽，每一件作品都只有在实际使用中才能达到最美的状态。蒜山的匠人称，他们希望自己的作品能够融入其主人的日常生活，成为其中的一部分。

<繁体字>

鄉原漆器

蒜山是鄉原漆器的產地。鄉原漆器堪稱藝術品，其最大的特點就是，在經過一系列雕刻、上漆等工藝後，依然能讓最終成品保留並充分展示天然木紋的美感。

蒜山的漆器生產歷史可以追溯到大約 600 年前。過去，這裡生產的漆器與其他地區很相似，都是黯淡的黑色或紅色產品，與如今獨具特色的漆器完全不同。但是，那時的蒜山漆器漆層比較薄，用漆量少，因此比其他地區的產品都要便宜一些。這使得蒜山漆器成為了一款實惠的旅行紀念品，受到造訪「大山」及周邊地區的參拜者歡迎。

這門手工藝產業在江戶時代（1603-1867）達到巔峰，蒜山地區每年能夠出產大約 40 萬件漆器產品。然而，之後短短不到百年之間，特別因二戰爆發，當地漆器產業近乎滅絕。戰後嚴峻的經濟條件大大減少了奢飾品的需求，許多身懷必要技能的手工藝匠人也在戰爭中喪生。另外，原材料的短缺，尤其是大漆的不足也是原因之一，它們在戰爭期間被大量消耗於船體防腐保護等軍事用途上。

此後的數十年間，當地都不再有人從事漆器生產。直到 1980 年代，蒜山的手工業者借助留存下來的漆器樣品和文獻資料，重建了整個生產加工工藝，這才令當地漆器產業又獲新生。為了製作出能夠真正延續傳統與地方特色的現代漆器，將現代產品與古老傳統完美融合，今天的匠人們依然在繼續尋找與過去相同的原材料。此外，他們還自己種植漆樹，致力於教育推廣，力求為這項傳統工藝的未來提供保障。

製作鄉原漆器的所有原材料都出自蒜山當地。木料取自周邊高山上的野生栗樹。通常，用於製作普通紅色或黑色漆器的木材都採取縱向切割，以便有效地利用木材切分出更多木胎料，只是這樣就必須犧牲木材本身的紋理。但木胎註定要漆上顏色，利用率自然成為優先考慮要素。然而，在鄉原漆器的製作中，樹幹被橫向切分成圓盤狀。這限制了同一段木料所能分割出的木胎料數量，漆器的尺寸也受限於樹幹本身的直徑，但這樣做能完好保留生長年輪的天然美感，並在下一步塗漆過程中充分展現。

蒜山の手工藝人用自己親手鍛造的鑿子，將圓盤形的胎料雕刻成木碗、盤子或其他物件。圓盤胎料則借助車床完成切削。木胎定型後，便是周而復始的打磨與上漆，每次打磨後都需要上一層漆，然後晾乾。

製作漆器所用的大漆取自漆樹（*Toxicodendron vernicifluum*）。在樹皮上小心地割開一道切口，就能採集並加工到幾百毫升漆樹汁。漆樹汁呈現出天然的深紅褐色，常見漆器的鮮豔的深紅色或漆黑色是在純漆樹汁裡加入顏料調製而成的。蒜山的漆樹汁裡漆酚含量特別高，而這種化合物能夠促進漆的硬化，同時也為鄉原漆器賦予了更深沉的光澤和絕佳的耐用性。

底漆乾燥後，要用矽藻土打磨拋光。矽藻土同樣出自當地，含有大量粗糙的二氧化矽，可充當研磨顆粒。打磨工序能夠讓下一層漆附著得更加牢固，最終確保漆器的漆層堅固完整，不易剝落。

再上一層漆後，要放到一個嚴格控制濕度的專用房間裡進行乾燥。這個步驟將一再重複，直到達到理想的色澤。這是一個漫長的過程，需要很高的控制技巧，否則難保不會弄花漆面，或因灰塵及其他碎屑損傷最終成品的光亮度。乾燥過程需要時間、溫度與濕度之間的精準平衡，因此，對操作者的經驗要求很高。

鄉原漆器總是越用越有光澤，每一件作品都只有在實際使用中才能達到最美的狀態。蒜山的匠人稱，他們希望自己的作品能夠融入每個人的日常生活，成為其中的一部分。

<日本語仮訳>

郷原漆器

蒜山は、木目の本来の美しさを生かし引き立たせる彫りや漆塗りを特徴とする芸術品、郷原漆器が生まれた場所である。

蒜山における漆器づくりの歴史は、およそ 600 年前に遡る。今日の特色ある製品とは異なり、かつてこの地で作られていた漆器は、くすんだ黒や赤で仕上げを施した、他の地方の漆器とよく似たものであった。しかし、塗りが比較的薄く使用する漆の量が少ないため、他の地方で生産される漆器と比べ安価であった。そのため、蒜山の漆器は大山やその周辺の参拝客にとっての手頃なお土産とされた。

この工芸品が人気の絶頂を迎えた江戸時代（1603-1867）には、毎年およそ 400,000 個の漆器が蒜山で生産されていた。しかし、その後約 100 年足らずで、漆器生産は第二次世界大戦によりほぼ消滅してしまう。戦後の経済状況の悪化による贅沢品の需要減少に加え、必要な技能を持った多くの職人が戦死してしまったのである。材料、特に漆は、戦時下においては船体の保護など、軍事目的に使用されることも多く、不足していた。

その後数十年間、漆器は作られていなかったが、蒜山の職人が現存していたサンプルと文献を基に工程を再現し、1980 年代にこの工芸を復活させた。彼らは蒜山の伝統や風土にも忠実な、現代的な漆器づくりを目指した。生まれ変わった現代の漆器と古来の伝統とを結びつけるべく、今日の職人たちは、昔と同じ材料を探し続けている。また、この伝統を未来へとつないでいくため、漆の木を植えたり、教育活動に励んだりしている。

1 つの郷原漆器に使われるすべての材料は、蒜山で生産されている。木材には、周囲の山に自生しているヤマグリを使用する。一般に、従来の赤や黒の漆器の生産に用いる木材は、縦方向に切断される。この方法では、多くの基材を得ることができる一方で、木目の模様の趣を犠牲にすることになる。木材は顔料でコーティングされるため、効率が優先されたのである。しかし、郷原漆器では、幹は横方向、円盤状に切断される。これにより、一本の木から得られる基材の数や、完成品の大きさは制限されるが、年輪の美しさはそのまま残る。蒜山の職人は、年輪の美しさを存分に生かした漆塗りを行っている。

基材の円盤は、職人が鑄造したノミを用いて、ボウル、皿などに削り出される。円盤を削り出すには、旋盤を使用する。それぞれにやすりをかけた後、下地となる漆を塗布して乾燥させる。この一連の作業を繰り返し行う。

漆は、ウルシ（学名：Toxicodendron vernicifluum）から採取した樹液である。樹皮に切り込みを入れ、滲み出した樹液数百ミリリットルを丹念に採取し、処理する。樹液の天然の色は深い赤茶色で、一般的な漆器の鮮やかな深紅色や漆黒の色合いは、顔料を加えたものである。蒜山で採取される漆の樹液は、特に高い濃度の漆を硬化させる化合物であるウルシオールを含有している。これが、郷原漆器の深い光沢と優れた耐久性に寄与している。

漆の下地が乾いた後、研磨用の荒い粒子状のシリカを多量に含む、同じく地元産の珪藻土でやすり掛けされる。このバフ研磨により、続く漆の層が下地にしっかりと付着し、欠けにくい丈夫な漆器に仕上がる。

さらに上から漆を塗り重ねて、湿度管理した特別な部屋で乾燥させる。この工程を、望ましい色の深みが得られるまで繰り返す。長い工程を、固着しきっていない漆が滲んだり、ほこりなどのゴミでその素晴らしい仕上げが損なわれたりすることが無いよう管理するには、熟練の技術が必要である。乾燥には、時間、温度、湿度の絶妙のバランスを必要とするため、経験値が問われる。

郷原漆器は、使えば使うほど、艶を増す。実際に使われる中でより一層味わい深くなっていく器に、蒜山の職人は持ち主の日常の一部になって欲しいという思いを託している。

【タイトル】 スイトン

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**粹吞**

粹吞是蒜山本地的妖怪，也是当地非官方吉祥物，日文写作“粹吞”(suiton)。它们遍布蒜山地区，来访者随时可能与这些小妖怪不期而遇。它们用树干一般粗壮的独脚摇摇晃晃地站立着，张开鲜红的大嘴，用蛇一般的双眼凶恶地瞪视着过路人（它们在某些地方还相当高大显眼）。

在本地传说中，粹吞能读心，因此，它随时都能分辨出心怀恶意或图谋不轨的人。它的名字由两个日文拟音词组成：“スイー”(sui)，表示有东西从空中快速飞过的声音；“トン”(ton)，表示重物落地的声音。一旦察觉到有谁心怀叵测，粹吞就会“嗖”地飞到这人眼前，“噏”地一声落地，只眨眼的功夫，就把他吞下肚去。

和许多日本妖怪一样，粹吞拥有双重属性：一方面，它是无情的惩罚者；另一方面，又是本地人的守护者。蒜山地区的妈妈们或许会用它来吓唬不听话的小孩子，可本地居民谈到它时都会流露出令人吃惊的爱意。虽然不乏让人毛骨悚然的元素，这个传说却常常被本地人当作例子来证明本地居民向来对社区新人都很友好，而这种态度在闭塞的山区小镇并不多见。正因为有这样一个会飞的怪物能迅速干掉一切潜藏恶意的人，蒜山的居民自然可以放心地相信，任何能够安全通过考验的旅行者必定都是善良平和之人。来访者在许多地方都能看到粹吞，有时是随身挂件和钥匙链，有时在本地餐厅门口，甚至还如同巨大的图腾立柱般伫立在高速公路匝道口。

<繁体字>**粹吞**

粹吞是蒜山本地的妖怪，也是当地非官方吉祥物，日語寫作「粹吞」(suiton)。牠們遍佈蒜山地區，遊客隨時可能與這些小妖怪不期而遇，看到牠們用樹幹一般粗壯的獨腳搖搖晃晃地站立著，張開鮮紅的大嘴，用蛇一般的雙眼兇惡地瞪視著過路人（牠們在某些地方還相當高大顯眼）。

在本地傳說中，粹吞能讀心，因此，牠隨時都能分辨出心懷惡意或圖謀不軌的人。牠的名字由兩個日文擬音詞組成：「スイー」(sui)，表示有東西從空中快速飛過的聲音；「トン」(ton)，表示重物落地的聲音。一旦察覺到有誰心懷叵測，粹吞就會「嗖」地飛到這人眼前，「噏」地一聲落地，只眨眼的功夫，就把他吞下肚去。

和許多日本妖怪一樣，粹吞擁有雙重屬性：一方面，牠是無情的懲罰者；另一方面，又是本地人的守護者。蒜山地區的媽媽們或許會用它來嚇唬不聽話的小孩子，可當地居民談到牠時都會流露出令人吃驚的愛意。雖然不乏讓人毛骨悚然的元素，這個傳說卻常常被當地人當作例子來證明當地居民向來對社區新人都很友好，而這種態度在閉塞的山區並不多見。正因為有這樣一個會飛的怪物能迅速幹掉一切潛藏惡意的人，蒜山的居民自然可以放心地相信，任何能夠安全通過考驗的旅行者必定都是善良平和之人。遊客在本地很多地方都能看到粹吞，有時是隨身掛件和鑰匙鏈，有時在餐廳門口，甚至還猶如巨大的圖騰立柱般矗立在高速公路匝道口。

<日本語仮訳>

スイトン

蒜山地方に伝わる妖怪で、非公式なマスコットキャラクターになっている「スイトン」。赤い口をあんぐり開けて、ヘビのような目を威嚇するかのごとく光らせ、幹のような一本の足でバランスを取りながら、この地域の至る所で観光客を待ち伏せしている（場所によっては、そびえ立っている）。

地元の言い伝えによると、スイトンは心を読むことができるため、よこしまな考えや悪だくみを心に抱く者がいればそれを見抜く。その名前は、何かが空中を飛ぶ「スイー」という音と、着地するときの「トン」という打撃音の2つの日本語の擬音語からきている。誰かが悪い考えを抱いているのを察するや否や、スイトンはその人のところに飛んで行き、ドシンと着地し、瞬時にその人を食べてしまう。

日本の妖怪の多くと同じように、スイトンには容赦なく罰を与えるという側面と、地域を守るという二つの側面がある。蒜山で子どもを育てる母親は、悪さをする子どもをスイトンで脅すことがあるが、住民の口ぶりからは、スイトンに対する驚くべき愛情がうかがえる。その言い伝えは、内容自体はぞっとするようなものだが、地元の住民が地域社会において伝統的に築いてきた、新入りへの友好的な姿勢を説明する際、引き合いに出されるが、孤立した山間の町において、このような姿勢はあまり一般的なものではない。飛んで来る怪物が悪い心を隠し持つ者を素早く殺してしまうため、蒜山の人々は、通行を許された旅人は安心できるとみなして良いとしている。スイトンはミニチャームやキーホルダーになったり、地元のレストランの外に立っていたり、さらには、高速道路のインターチェンジを降りてすぐの場所に巨大なトーテムポールのごとくそびえ立っていたりする。

【タイトル】 蜂の子：蒜山の珍味

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

蜂蛹：蒜山の珍饈土味

在日本，一些山区会将蜂蛹纳入食谱，蒜山正是其中之一。

沿海地区的人们一年四季都可以通过食用海鲜摄取蛋白质，但身居偏远山区，蛋白质就很难获得。过去，村民会寻找野生蜂巢作为食物来源，因为蜂巢里不但有蜂蜜，还有营养丰富的蜂蛹。蜜蜂的幼虫以蜂王浆为食，因此身体里富含构建蛋白质所必需的氨基酸和钙、镁、锌等矿物元素。

如今，蒜山地区人们依然在食用胡蜂、黄蜂和黄胸木蜂等蜜蜂的幼虫及蜂蛹。他们将蜂蛹加酱油和味醂（日本甜料酒）炒熟后作为配菜，或者将大米、调味料及配料混合后煮制成日式菜饭，常见配料包括炸豆腐、香菇、胡萝卜和牛蒡等。另外，蜂蛹还可以直接油炸后蘸酱油吃。

虽然蜂蛹已经不再是家常野味，但在蒜山一些酒馆和餐厅的菜单上依然能找到这种酥脆的美食。

<繁体字>

蜂蛹：蒜山の珍饈土味

在日本，一些山區會將蜂蛹納入食譜，蒜山正是其中之一。

沿海地區的人們一年四季都可以食用海鮮以攝取蛋白質，但身居偏遠山區，就沒那麼容易獲得蛋白質了。過去，村民會尋找野生蜂巢作為食物來源，因為蜂巢裡不但有蜂蜜，還有營養豐富的蜂蛹可吃。蜜蜂的幼蟲以蜂王漿為食，因此身體裡富含構成蛋白質所必需的氨基酸和鈣、鎂、鋅等礦物元素。

如今，蒜山地區人們依然在食用胡蜂、黃蜂和黃胸木蜂等蜜蜂的幼蟲及蛹。他們將蜂蛹加醬油和味醂（日本甜料酒）炒熟後作為配菜，或者將大米、調味料及配料混合後煮製成日式雜煮飯，常見配料包括炸豆腐、香菇、胡蘿蔔和牛蒡等。另外，蜂蛹還可以直接油炸後蘸醬油吃。

雖然蜂蛹已經不再是家常野味，但在蒜山一些酒館和餐廳的菜單上依然能找到這種酥脆的美食。

<日本語仮訳>

蜂の子：蒜山の珍味

蒜山には、日本のいくつかの山間部で見られるように、蜂の子を食べる食文化がある。

タンパク源である海産物が年中容易に手に入る海沿いの地域とは異なり、孤立した山間の地域でタンパク質を手に入れることは、困難であった。かつて村人は、食料源として野生のハチの巣を探し求め、ハチミツだけではなく、非常に栄養価の高い蜂の子も食用にしていた。蜂の子はローヤルゼリーを食べるため、タンパク質をつくる必須アミノ酸や、カルシウム、マグネシウム、亜鉛などのミネラルを高濃度で含有している。

クロスズメバチ、アシナガバチ、クマバチなど、いくつかのハチの幼虫とさなぎは、今でも蒜山では食べられている。醤油とみりんを炒めてちょっとした副菜として出すレシピや、米を調味料やアクセントとなる油揚げ、椎茸、人参、ごぼうなどと一緒に炊いた炊き込みご飯に入れるというレシピもある。あるいは、蜂の子を単に揚げ、醤油をつけて食べたりもする。

蜂の子を食べる習慣は、かつてほど広く実践されているわけではないが、パリパリとした食感の珍味として、今でも蒜山の居酒屋やレストランのメニューに載っていることがある。

地域番号	013	協議会名	屋島地域多言語解説検討協議会
------	-----	------	----------------

解説文一覧

NO.	スポット名 (タイトル)	中国語文字数	想定媒体
013-001	高松の風景の中での屋島の位置づけ	515	WEB
013-002	屋島の登山道	775	WEB
013-003	屋島地域での「四国霊場八十八箇所」巡礼	740	WEB
013-004	屋島スカイウェイ	295	WEB
013-005	屋島ケーブル	365	WEB
013-006	屋島の塩づくり	315	WEB
013-007	相引川	450	WEB
013-008	長崎の鼻	355	WEB
013-009	游鶴亭	365	WEB
013-010	遊鶴亭への登山道	225	WEB
013-011	千間堂跡	300	WEB
013-012	魚見台	280	WEB
013-013	屋嶋城跡	450	WEB
013-014	屋島寺	325	WEB
013-015	屋島寺宝物館	390	WEB
013-016	菟山大明神と屋島稻荷	515	WEB
013-017	獅子の霊巖でのかわらけ投げ	305	WEB
013-018	獅子の霊巖からの夕景と夜景	215	WEB
013-019	屋島山上交流拠点施設「やしまーる」	435	WEB
013-020	屋島山上交流拠点施設「やしまーる」：パノラマ展示	355	WEB
013-021	新屋島水族館	415	WEB
013-022	牟礼	565	WEB
013-023	洲崎寺	370	WEB
013-024	祈り岩と駒立岩	370	WEB
013-025	五剣山	355	WEB
013-026	八栗寺	380	WEB
013-027	庵治	400	WEB
013-028	庵治石	335	WEB

【タイトル】 高松の風景の中での屋島の位置づけ

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

高松靓丽风景线上的屋岛

屋岛与众不同的平坦山顶，使其自古以来便被视作当地地标。早在高松市成立以前，它就是一处神圣之地，同时又充当着防御外敌的瞭望台。如今，这片台地以一望无际的濑户内海海景，吸引着来自世界各地的游客。而它引人注目的外形，也在这座城市的景观中占据着特殊的地位。对于许多本地居民而言，屋岛是家园与航海安全的象征。它也因为美丽的夕阳和夜景而入选“日本夕阳百选”“夜景百选”“日本名月百选”。

在高松市内的任何地方，几乎都能看见屋岛。白天，它俨然是巨大的绿色空中公园，高耸于这座城市拔地而起的建筑群后方。到了夜晚，山影在地平线上若隐若现，为城市阻挡海风的侵袭。假如遇上下雨的日子，便可能有薄雾弥漫，转瞬间将屋岛笼罩。这虽然会给岛上巡礼者和登山者带来困扰，但从岛外远眺时却可以看到屋岛云雾缠绕的美丽景观。秋天，岛上的森林染上绚烂色彩；冬天，有时会覆盖上一层皑皑白雪。

从不同的角度观赏，屋岛就会呈现出不同的面貌。由南北两侧望去，山头不再是平坦的台地，整座山丘呈现出圆锥形，仿佛就是一座普通的山丘。想要欣赏屋岛独特的平顶轮廓，最佳观景点应在海上。搭乘从高松市前往濑户内海诸岛或远至神户市的渡轮，途中便可从海上尽情饱览屋岛的雄伟身姿。

<繁体字>

位於高松風景線上的屋島

從古至今，屋島因它與眾不同的平坦山頂，被視作當地的地標。早在高松市成立以前，它就被視為一個神聖之地，並充當防禦外敵的瞭望台。如今，來自世界各地的遊客為了欣賞濑户内海的景色而訪問這片台地，它引人注目的外形也在高松市的景觀中佔據著特殊的地位。對於許多當地居民而言，屋島是家鄉的標誌，也是安全航行的象徵。它也因為美麗的夕陽和夜景而入選「日本夕陽百選」、「日本百大夜景」及「日本百大名月」。

在高松市内的任何地方，幾乎都能看見屋島。白天，它儼然是一個座落在高樓後方的大型綠色空中公園。到了晚上，屋島的山影佇立在地平線上，為城市阻擋海風的侵襲。在下雨天的日子，屋島常被霧氣籠罩。這雖然給巡禮者和登山的人帶來困擾，但也使得這處台地從遠方觀賞時更為美麗。秋天，整片山林會轉換成絢爛色彩；而在冬天，偶爾會有皚皚積雪。

從不同的角度觀賞，屋島就會呈現出不同的面貌。由南北兩側望去，山頭不再是平坦的台地，整座山丘呈現出圓錐形，仿佛就是一座普通的山丘。想要欣賞屋島獨特的輪廓，最佳觀景點應在海上。搭乘從高松市前往瀨戶內海諸島或遠至神戸市的渡輪，途中便可從海上盡情飽覽屋島的雄偉身姿。

<日本語仮訳>

高松の風景の中での屋島の位置づけ

屋島は、その独特の平坦な山頂から、古くからランドマークとして親しまれてきた。高松市が誕生する遙か前から屋島は神聖な場所であり、防衛のための見張り台でもあった。現在、瀨戶内海の眺望を求めて世界中からこの台地に観光客が訪れており、その印象的な見た目から高松の風景の中で特別な存在となっている。多くの地元の人々にとって屋島は故郷の証であり、航海安全の象徴でもある。この美しい夕景と夜景は、「日本の夕陽百選」や「夜景 100 選」、「日本百名月」に選ばれています。

屋島は高松市内のほぼどこからでも見える。昼間は、高松市内の高層ビルの後ろにある、空に浮かぶ大きな緑の公園のようだ。夜になると、山の影が地平線に迫っており、海風を遮る。雨の日には急に霧が発生し、お遍路さんやハイカーにとっては大変だが、遠くから見る屋島はとても美しい。秋には山の木々が燃えるような色に染まり、冬にはたまに雪が積もることもある。

屋島は、見る角度によってその表情を変える。北や南から見ると、頂上の平らな部分が見えなくなり、普通の円錐形の山のように見える。屋島の独特な台地のシルエットを眺めるのに最も適した場所は海である。高松から瀨戶内海の島々や神戸までへ向かうフェリーに乗れば、屋島の雄大な姿を堪能することができる。

【タイトル】 屋島の登山道

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

屋島の登山步道

有 4 条登山步道通往屋岛山顶，每条都拥有自己的标志性风景和有趣之处。

多数游客都会选择走铺设完善的巡礼路线“遍路道”，它自瀧元站（瀧音“细”）附近出发，通往屋岛寺。全程约 1.5 公里，单程步行约需 30 分钟。这条步道深受“四国灵场八十八所”巡礼者的喜爱。四国的八十八处灵场，大多与开创巡礼之路的佛学大师空海（774-835；谥号弘法大师）有关，例如屋岛山脚下的“加持水”，传说就是当年空海在此祈水时从地下喷涌而出的天然泉水。“遍路道”的终点位于屋岛寺的寺门前。

屋岛北坡有一条陡峭的“北岭登山道”，从“长崎之鼻”的海岬附近一直延伸到游鹤亭观景台。沿这条 1.5 公里的登山步道上山，单程约需 30 分钟，但道路崎岖不平，并不适合所有人群尝试。步道沿途可以欣赏五剑山风光，还能远眺濑户内海中包括直岛在内的好几座岛屿。最后从山顶的游鹤亭，可将濑户内海及海中诸岛尽收眼底。

爱好历史的来访者或许会希望尝试走“旧遍路道”登上山顶，这条路线的起点位于屋岛东坡、屋岛东小学校旁。和现代的“遍路道”一样，这条全长 1.8 公里的道路以四国灵场八十八所第 84 处灵场——屋岛寺为终点。单程约需 40 分钟。中途会经过一座神社和一块纪念碑，神社供奉的是源平合战(1180-1185)时期在位的年幼的安德天皇(1178-1185)，纪念碑则为祭祀武士佐藤继信而立，他在 1185 年的屋岛之战中为救己方的统帅大将而献出了自己的生命。巡礼者下山时常会选择这条步道，因为它从屋岛寺通往八栗寺，而八栗寺正是四国灵场八十八所的下一站，第 85 处灵场。

“屋岛西古道”是所有登山步道中最长、最难走的一条。道路全长 2 公里，起点位于屋岛西侧的公园，登顶大约需要 40 分钟。沿途道路陡峭崎岖，但有好几处观景点可以俯瞰高松市全貌。

通往屋岛山顶的机动车道“屋岛天路”(Yashima Skyway)也对步行者开放。

<繁体字>

屋島の登山步道

有 4 條登山步道可以通往屋島山頂，每條都擁有自己的標誌性風景和有趣之處。

最熱門的步道是鋪設完備的巡禮路線「遍路道」，它從瀧元站（瀧音「細」）附近出發，通往屋島寺。全程約 1.5 公里，單程步行約需 30 分鐘。這條步道深受「四國靈場八十

八箇所」巡禮者の喜愛。四國の八十八處靈場，多與開闢巡禮之舉の佛學大師空海（774-835；諡號弘法大師）有關，例如屋島山腳下の「加持水」，傳說就是當年空海在此祈水時從地下噴湧而出的天然泉水。「遍路道」の終點位於屋島寺の寺門前。

屋島北坡有一條陡峭の「北嶺登山道」，從「長崎鼻」の海岬附近一直延伸到遊鶴亭觀景台。沿這條 1.5 公里の登山歩道上山，單程約需 30 分鐘，但道路崎嶇不平，並不適合所有人嘗試。山路沿途可以欣賞五劍山風光，還能遠眺瀨戶內海中包括直島在內の好幾座島嶼。最後在山頂の遊鶴亭，將瀨戶內海及海中諸島盡收眼底。

對歷史有興趣の遊客可能會想嘗試走「舊遍路道」登上山頂，這條路線の起點位於屋島東坡、屋島東小學校旁。和現代の「遍路道」一樣，這條全長 1.8 公里の道路以四國靈場八十八箇所第 84 處靈場——屋島寺為終點。單程約需 40 分鐘。途中經過一座神社和一塊紀念碑，神社供奉の是源平合戰（1180-1185）時期在位の年幼の安德天皇（1178-1185），紀念碑則為祭祀武士佐藤繼信而立，他在 1185 年の屋島之戰中為救統帥大將獻出了自己の生命。巡禮者下山時常常選擇這條歩道，因為它從屋島寺通往八栗寺，而八栗寺正是四國靈場八十八箇所の下一站，第 85 處靈場。

「屋島西古道」是所有登山道中最長、最難走の一條。道路全長 2 公里，起點位於屋島西側の公園，登頂大約需要 40 分鐘。沿途道路陡峭崎嶇，但有好幾處觀景點可以俯瞰高松市全貌。

通往屋島山頂の汽車道路「屋島天路」（Yashima Skyway）也對登山者開放。

<日本語仮訳>

屋島の登山道

屋島の頂上までは主に 4 つの登山道があり、それぞれに名所や見どころがある。

最もポピュラーなのは、湊元駅近くから屋島寺まで続く舗装された「遍路道」である。全長約 1.5km で、所要時間は片道約 30 分。有名な「四国靈場八十八箇所」巡礼のお遍路さんが好んで通る道であり、巡礼のきっかけとなった空海（774-835、諡号は弘法大師）ゆかりの地が点在する。屋島のふもとには、空海が水を求めて祈ったところ地中から湧き出てきたという自然の湧き水、「加持水」がある。遍路道は屋島寺の山門で終わる。

屋島の北側には、より険しい「北嶺登山道」があり、長崎の鼻の近くから遊鶴亭の展望台まで続いている。1.5km のコースで、所要時間は約 30 分だが、起伏があるため、誰にでもおすすめできる訳ではない。道中、五劍山や直島などの瀨戶内海の島々を眺めることができる。頂上の遊鶴亭からは、島々や海が一望できる。

歴史好きの旅行者なら屋島の東側、屋島東小學校の近くから始まる「旧遍路道」を使って登山するのが良いかもしれない。現代の巡礼路と同じく、全長 1.8 キロのこの登山道の終点は四国靈場八十八箇所第 84 番札所・屋島寺だ。所用時間 40 分ほどのコース沿いには、源平合戦（1180-1185）の際の若き安德天皇（1178-1185）を祀る神社や、1185 年の屋島の戦いで大将のために命を捧げた武士、佐藤繼信の記念碑がある。屋島寺から四国遍路の次の目的地である四国靈場八十八箇所第 85 番札所・八栗寺に向かうお遍路さんが、下山する際によく利用する道でもある。

「屋島西古道」は、4つの登山道の中で最も長く、最も難しいコースである。屋島の西側にある公園から始まる2キロのコースで、山頂までは約40分かかる。急勾配や凸凹した坂道が続くが、高松市内を一望できる展望スポットがいくつもある。

屋島山頂までの自動車道路「屋島スカイウェイ」は、歩行者も通行可能である。

【タイトル】屋島地域での「四国霊場八十八箇所」巡礼

【想定媒体】WEB

<簡体字>

屋島地区的四国灵场八十八所巡礼

四国以“四国灵场八十八所”巡礼而闻名，这条朝圣路线沿途共经过 88 处与高僧空海（774-835；谥号弘法大师）有关的寺庙，高松市内 有 5 处，其中 3 处就在屋岛山上及周边地区，它们是：一宫寺、屋岛寺和八栗寺。

一宫寺位于高松市中心，是巡礼路线上第 83 处灵场。寺庙建于大宝年间(701-704)，最初是法相宗寺庙，如今归属于真言宗御室派。相传，空海本人曾在大同年间(806-810)造访此地，并亲手雕刻了寺院供奉的本尊圣观音菩萨像。本堂（正殿）附近有一座小小的石造祠堂，里面供奉着药师如来像。传说，如果干过坏事的人把头伸入祠堂中，石门就会自动关闭夹住他们的头。

下一站是屋岛寺，它也是四国灵场八十八所巡礼第 84 处灵场，相传，这座寺庙是中国唐代僧人鉴真(688-763)所建，他经历了 6 次东渡才成功到达日本。寺庙位于屋岛山顶，沿“遍路道”即可抵达。这条登山步道的路面铺设完好，起点位于湊元站（湊音“细”）附近，途中会经过一口井，其水源是被称为“加持水”的天然泉。传说，当年空海路过时感觉口渴难耐，于是停下来祈水解渴，泉水立时涌出，从此之后源源不断。井旁立有一块石碑，上刻梵文“阿”和“唵”，它们分别是梵文的第一个音和最后一个音，两者并列，代表世间万事万物，传说这也是空海亲手所刻。沿路向前，会看到地藏菩萨像，在日本，这位菩萨被视为旅行者的保护神。巡礼者可以在寺院入口处的访客簿上留下自己的到访记录。

八栗寺是四国灵场八十八所巡礼第 85 处灵场，距离屋岛寺约 5.4 公里，步行需要 2.5 小时左右。八栗寺位于相引川边的五剑山半山腰上，与屋岛隔河相望，从五剑山麓步行登山或搭乘缆车均可到达。寺庙的名字来自寺内的八棵栗子树，据说是当年空海亲手种下的。从八栗寺可以一览屋岛风光。

<繁体字>

屋島地區的四國靈場八十八箇所巡禮

四國以「四國靈場八十八箇所」巡禮而聞名，這條朝聖路線沿途共經過 88 處與高僧空海（774-835；諡號弘法大師）有關的寺廟，高松市內有 5 處，其中 3 處就在屋島山上及周邊地區，分別為：一宮寺、屋島寺和八栗寺。

一宮寺位於高松市中心，是巡禮路線上第 83 處靈場。寺廟建於大寶年間（701-704），最初是法相宗寺廟，如今屬於真言宗御室派。相傳，空海本人曾在大同年間（806-810）造訪此地，並親手雕刻了寺院供奉的主尊聖觀音菩薩像。本堂（正殿）附近有一座小小的石造祠堂，裡面供奉著藥師如來像。傳說，做過壞事的人若把頭伸進祠堂中，石門就會自動關閉夾住他們的頭。

下一站是屋島寺，它也是四國靈場八十八箇所巡禮第 84 處靈場，相傳，這座寺廟是經歷了 6 次東渡才成功到達日本的唐代僧人鑿真（688-763）所建。寺廟位於屋島山頂，沿「遍路道」即可抵達。這條登山步道的路面鋪設良好，起點位於瀧元站（瀧音「細」）附近，途中會經過一口井，其水源是被稱為「加持水」的天然泉。據傳，當年空海路過時感到口渴難耐，於是停下來祈水解渴，泉水即立刻湧出，從此之後源源不斷。井旁立有一塊石碑，上刻梵文「阿」和「吽」，分別是梵文的第一個音和最後一個音，兩者並列，代表世間萬事萬物，據說這也是空海親手所刻。沿路往前走，會看到地藏雕像，在日本，這位地藏被視為旅人的保護神。巡禮者可以在寺院入口處的訪客簿上登記到訪記錄。

八栗寺是四國靈場八十八箇所巡禮第 85 處靈場，距離屋島寺約 5.4 公里，步行需要 2.5 小時左右。八栗寺位於相引川邊的五劍山半山腰上，與屋島隔河相望，從五劍山腳步行登山或搭乘纜車均可抵達。寺廟的名字來自寺內的八棵栗子樹，據說是空海當年親手種下的。從八栗寺可以看到屋島的全景。

<日本語仮訳>

屋島地域での「四国靈場八十八箇所」巡礼

四国は、空海（774-835、諡号は弘法大師）ゆかりの 88 の寺院を巡る「四国靈場八十八箇所」巡礼で有名である。高松市には 5 つの靈場があり、そのうちの 3 つが屋島周辺にある。一宮寺、屋島寺、八栗寺だ。

高松市中心部にある一宮寺は、遍路道の第 83 番札所。大宝年間（701-704）に創建され、当初は法相宗の寺院だったが、いまは真言宗御室派に属している。空海が大同年間（806-810）にここに訪れ、自ら本尊聖觀世音菩薩を彫ったといわれている。本堂の近くには小さな石の祠があり、その中には薬師如来の像がある。悪人が祠の中に頭を入れると、石の扉が閉まり、頭が抜けなくなるという伝説がある。

84 番目の札所である屋島寺は屋島山頂にあり、6 回目にしてようやく日本にたどり着いた唐の名僧、鑿真和上（688-763）によって開創されたと伝えられる。舗装された遍路道で寺に登るルートは、瀧元駅付近から始まる。その途中には、自然の湧き水を利用した井戸がある。空海が喉の渇きを覚えて祈ったところ、水が湧き出たと言われているこの「加持水」は、今も絶えることなく流れている。井戸の脇にある石碑には、空海が自ら彫ったとされる、サンスクリット語の「阿」と「吽」の文字が刻まれている。サンスクリット語のアルファベットの最初の字音は「阿」で、最後の字音は「吽」であることから、「阿吽」で万物の全てを意味する。さらに遍路道を登っていくと、日本では旅人を守るお地藏さんがある。屋島寺の入り口には、巡礼者が訪れたことを記録するための名簿がある。

85 番札所の八栗寺は、屋島寺から歩いて約 2 時間 30 分、約 5.4 キロのところにある。屋島から相引川を渡った、五剣山の中腹に位置する八栗寺は、徒歩または山麓からのケーブルカーで行くことができる。寺の名前は、空海が境内に植えた 8 本の栗の木に由来している。八栗寺からは屋島が一望できる。

【タイトル】 屋島スカイウェイ

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

屋島天路(Yashima Skyway)

“屋島天路”是唯一通往屋島山顶的机动车道，全长约 3.8 公里，起点位于琴电屋岛站附近，终点设在南岭屋岛寺旁的收费停车场。在 5 分钟左右的车程中，可以欣赏到濑户内海和屋岛葱葱郁郁的山景，以及五剑山和屋岛之战（1185 年）的古战场遗址。有巴士定时往返于 JR 屋岛站和停车场之间，途中经停琴电屋岛站、四国村公共汽车站。屋岛天路也对骑行者和步行者开放。

屋岛天路是登上屋岛山顶最快的道路，且山顶停车场一直营业到晚上 10 点，对于想要在“狮子灵岩”观景台观赏日落的来访者而言，这条路也是最佳的选择。从屋岛天路的终点前往屋岛寺、新屋岛水族馆、狮子灵岩等主要景点都很方便。

<繁体字>

屋島天路（Yashima Skyway）

「屋島天路」是唯一通往屋島山頂的汽車道路，全長約 3.8 公里，起點位於琴電屋島站附近，終點設在南嶺屋島寺旁的收費停車場。在大約 5 分鐘的車程中，沿途可以欣賞到濑戶內海和屋島鬱鬱蔥蔥的山景，以及五劍山和屋島之戰（1185 年）的古戰場遺址。有公車定時往返於 JR 屋島站和停車場，途中經過琴電屋島站、四國村公車站。屋島天路也對自行車和行人開放。

它不僅是前往屋島山頂的最短道路，而且因為山頂停車場營業到晚上 10 點，對於想要在「獅子靈岩」觀景台觀賞日落的遊客而言也是最佳選擇。從屋島天路的終點可以輕易地前往屋島多處主要景點，如屋島寺、新屋島水族館、獅子靈岩等。

<日本語仮訳>

屋島スカイウェイ

屋島スカイウェイは、屋島の頂上を目指す車にとって唯一の舗装道路である。琴電屋島駅付近から、南嶺にある屋島寺横の有料駐車場までは、約 3.8km。約 5 分のドライブの途中、瀬戸内海や屋島の豊かな緑、五剣山、さらには屋島の戦い（1185 年）の古戦場まで一望できる。また、JR 屋

島駅と駐車場を結び、琴電屋島駅と四国村バス停を経由する定期バスも運行している。屋島スカイウェイは自転車や歩行者にも開放されている。

屋島山頂への最短ルートであるだけでなく、「獅子の霊巖」からの夕日を見ようとする人にとっても、午後 10 時まで駐車場が利用できるのが便利である。スカイウェイの終着点からは屋島寺、新屋島水族館、獅子の霊巖など、多くの屋島の観光名所に簡単にアクセスできる。

【タイトル】 屋島ケーブル

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**旧屋島缆车**

屋島缆车是日本最古老的缆车之一，早在 1929 年便开始运营。缆车是为将巡礼者和旅行者从屋島山脚下直接送至屋島寺和獅子靈岩觀景台而建，它也是当时屋島上唯一的公共交通工具。二战期间，缆车运营曾一度中断，及至 1944 年，部分轨道被拆除。1950 年，缆车重新开放。但自从屋島机动车道建成以后，它的使用率便每况愈下。2004 年，缆车再度中止运行；2005 年，该线路永久废止。

缆车的上下两处站点分别为屋島山上站和屋島登山口站，这两处车站的月台、轨道以及两节缆车车厢都还留在原地。车厢如今停靠在位于大宮八幡神社附近的屋島登山口站内。屋島山上站位于南岭，装饰艺术风格(Art-deco)的车站正门让人不由回想起当年缆车运营的历史，它与周围越来越繁茂的野生植被形成了鲜明对比。屋島山上站于 2009 年被经济产业省认定为“近代化产业遗产”。

<繁体字>**舊屋島纜車**

屋島纜車是日本最古老的纜車之一，早在 1929 年便開始運行。纜車是為將巡禮者和遊客從屋島山腳下直接送至屋島寺和獅子靈岩觀景台而建，它也是當時屋島上唯一的大眾交通運輸工具。二戰期間，纜車營運曾一度中斷，並於 1944 年拆除部分軌道。1950 年，纜車重新開放。但自從屋島汽車道路建成以後，纜車的使用率每況愈下。2004 年，纜車服務再度中止；2005 年，該線路結束營運。

山嶺南側的屋島纜車山上站和大宮八幡神社附近的登山口站，還留存舊屋島纜車的昔日風光，其月台、軌道以及兩節纜車車廂都還留在原址。旅客可以在屋島登山口站，看到兩節纜車車廂停靠在站。屋島山上站的外觀裝飾藝術（Art-deco）風格，讓人不由回想起纜車營運的歷史，與周圍繁茂的野生植被形成了鮮明對比。經濟產業省於 2009 年認定屋島山上站為「近代化產業遺產」。

<日本語仮訳>**旧屋島ケーブル**

屋島ケーブルは、1929年に開業した日本最古のケーブルカーのひとつである。屋島の麓から屋島寺や獅子の霊巖まで、巡礼者や観光客を運ぶために作られたこのケーブルカーは、当時は屋島で唯一の公共交通機関であった。第二次世界大戦中は運行を停止し、1944年には線路の一部も撤去された。1950年には再開されたが、屋島に自動車用の舗装道路が開通すると、ケーブルカーの利用客は減少。2004年には再び運行を停止したが、2005年に廃線となった。

南嶺にある屋島山上駅と大宮八幡神社付近の屋島登山口駅、線路、ケーブルカー2両はそのまま残され、往時の姿をとどめている。屋島登山口駅には2台のケーブルカーが停まっている。屋島山上駅の建物は、ケーブルカーの歴史を感じさせるアールデコ調のファサードで、その周りをゆったりと包み込む自生の植物とのコントラストを描いている。屋島山上駅は、2009年に経済産業省の「近代化産業遺産」に認定された。

【タイトル】 屋島の塩づくり

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

屋島制盐业

瀬戸内海沿海地区自古以来就是著名的海盐产地，其中，香川县出产的食盐更是以其独特风味和富含矿物质而备受好评。

早在弥生时代中期（公元前 100 年-公元 100 年），如今的香川县及周边地区便开始制盐。屋岛的制盐则始于弥生时代后期（公元 100-300 年），当时人们汲取瀬戸内海的海水，放入陶罐中煮沸后提取海盐。在屋岛西部海岸的浦生地区，至今还可以在鵜羽神社等地发现当年制盐用的陶器残片。

到了江户时代(1603-1867)中期，盐田逐渐普及，大规模制盐随之兴起，人们开始在屋岛的西南海岸填海造盐田。及至 20 世纪，屋岛地区的传统制盐业渐渐衰退，最后一块盐田也在 1971 年关闭。不过，香川县的其他地区如今依然在用更现代化的方式产盐。

<繁体字>

屋島製鹽業

瀬戸内海沿海地區自古以來就是著名的海鹽產地，其中，香川縣出產的食鹽更因其獨特風味和富含礦物質而備受好評。

早在彌生時代中期（西元前 100 年-西元 100 年），如今的香川縣及周邊地區便開始製鹽。屋島的製鹽則始於彌生時代後期（西元 100-300 年），當時人們汲取瀬戸内海的海水，放入陶罐中煮沸後提取海鹽。在屋島西部海岸的浦生地區，至今還可以在鵜羽神社等地發現當年製鹽用的陶器殘片。

到了江戶時代（1603-1867）中期，鹽田逐漸普及，大規模製鹽隨之興起，人們開始在屋島的西南海岸填海造鹽田。屋島地區的傳統製鹽業於 20 世紀漸漸衰退，最後一片鹽田也在 1971 年關閉。不過，香川縣的其他地區如今依然使用更現代化的方式產鹽。

<日本語仮訳>

屋島の塩づくり

瀬戸内海周辺は塩の産地として昔から有名だが、中でも香川県産の塩は、その豊かな風味とミネラル分が今も高く評価されている。

現在の香川県と近隣の地域では、弥生時代中期（紀元前 100 年-100 年）から塩が生産されてきた。屋島で塩づくりが始まったのは弥生時代後期（100-300）で、瀬戸内海の水を土鍋で煮て塩を得るようになった。屋島の西岸にある浦生地区では、今でも鶉羽神社などに製塩用の土器の破片が見つかることがある。

江戸時代（1603-1867）の中頃になると、塩田を利用した大規模な製塩が行われるようになり、屋島の南西部の海岸が埋め立てられ、塩田として利用されるようになった。20 世紀に入ると屋島周辺の伝統的な製塩業は徐々に衰退し、最後の塩田が 1971 年に閉鎖された。しかし、香川県の他の地域では、より近代的な方法で塩が今も生産されている。

【タイトル】 相引川

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**相引川**

相引川是一条 5 米宽的人工水道，不但隔开了屋岛与它东面的五剑山和牟礼，还阻断了它与四国岛的连接。“屋岛”在过去正如其名，是濑户内海中的一座真正的岛屿，并且因为地势利于防守且方便瞭望来犯船只，故而被视为战略要地。然而 1637 年，当时的高松藩领主生驹高俊(1611-1659)下令填海造陆，最终将屋岛与四国岛连为一体。但他的继任者松平赖重(1622-1695)却希望能将屋岛与四国主岛再次分开，下令挖掘河道，于是相引川在 1647 年诞生了。

相引川的东西两端均接入濑户内海。在河道开挖之前，每逢退潮，蓄留在浅滩上的水便会从两个方向倒流入海，形成岔道。人们认为，“相引川”之名就来自这种现象——“相互牵引”。关于这个名字还有另一个传说，据说它与 1185 年平、源两大家族之间爆发的屋岛之战有关，战争就发生在如今河口东岸的檀之浦。按照这个说法，“相引”指的是激战中双方互不相让的僵持状态。如今的河道中已经装上了自动潮汐闸门，水流不再与濑户内海相通。不过，本地居民还是喜欢开玩笑说：有了相引川，只要走几步就能渡海了。

<繁体字>**相引川**

相引川是一條 5 公尺寬的人工水道，不但隔開了屋島與東面的五劍山和牟禮，還阻斷了它與四國島的連接。「屋島」過去是瀨戶內海中的一座島嶼，因為地勢利於防守且方便瞭望敵方船隻，所以被視為戰略要地。1637 年，當時的高松藩領主生駒高俊（1611-1659）下令填海造陸，將屋島與四國島連為一體。但繼任者松平賴重（1622-1695）卻希望能將屋島與四國主島再次分開，因此下令挖掘河道，於是相引川便在 1647 年誕生了。

相引川的東西兩端均接入瀨戶內海。在河道開挖之前，每逢退潮，留在淺灘上的水便會從兩個方向倒流入海，形成岔道。一般認為，「相引川」之名就來自這種現象——「相互牽引」。另一個傳說是，「相引川」之名與平、源兩大家族於 1185 年爆發的屋島之戰有關，該戰爭就發生在如今河口東岸的檀之浦。按照這個說法，「相引」指的是激戰中雙方互不相讓的僵持狀態。如今的河道中已裝上自動潮汐閘門，水流不再與瀨戶內海相通。不過，當地居民還是喜歡開玩笑說：有了相引川，只要走幾步就能渡海了。

<日本語仮訳>

相引川

相引川は、屋島と四国だけでなく、屋島と東側の五剣山や牟礼の町とも隔てる 5 メートルほどの水路である。屋島はその名の通り、かつては瀬戸内海に浮かぶ島であった。船の接近を見渡すことができ、防御しやすい地形であることから、戦略的な場所として珍重されていた。1637 年、当時の高松藩主・生駒高俊（1611-1659）が新田開発のために埋め立てを命じ、その結果屋島と四国が結ばれることになった。しかし、後の統治者である松平頼重（1622-1695）が屋島を再び本土から切り離すことを望んだため、1647 年に相引川が掘られた。

相引川の東端と西端は、ともに瀬戸内海につながっている。川が掘られる前は、干潮時になると浅瀬の水が海に逆流し、両方向に流れる浅瀬になっていた。この現象から「相引」という名前がついたと考えられている。また、1185 年に東側の現在の河口付近に位置する壇ノ浦で行われた平氏と源氏の「屋島の戦い」に由来するという説もある。この説でいう「相引」とは、激戦の中でどちらも譲らなかったという意味である。現在、川には自動開閉式の水門が設置されており、流れは海と繋がっていない。だが地元の人には「相引川のおかげで、数歩で海を渡ることができる」という冗談をよく言う。

【タイトル】 長崎の鼻

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**长崎之鼻**

“长崎之鼻”位于屋岛最北端。这个短短的海岬径直探入濑户内海，旁边还隐藏着一片幽静的白色海滩。在这里可以欣赏到女木岛、男木岛、大岛、丰岛、小丰岛、小豆岛、稻毛岛等濑户内海诸岛的美景。特别在夕阳西下时分，濑户内海被渐变的红色尽染，这样的壮丽胜景实在不容错过。沿着一条单程约30分钟的步行小道，就能从长崎之鼻走到游鹤亭观景台。从大多数方向看去，屋岛的山顶都是一片宽阔的平顶台地。唯有长崎之鼻不同，从这里眺望屋岛，它俨然是一座尖顶山峰，游鹤亭观景台则仿佛高悬在山巅一般。

1853年，美国要求日本开放与西方国家的贸易往来，从此，德川幕府下定决心对海防进行现代化改造。1863年，幕府命令高松藩领主在长崎之鼻修筑炮台，为高松港提供防卫。当时，三层炮台上共架起了六门大炮。虽然炮台本身早已不复存在，但至今依然可见其痕迹。

<繁体字>**長崎鼻**

長崎鼻位於屋島最北端。這個短短的海岬徑直探入瀨戶內海，旁邊還隱藏著一片幽靜的白色海灘。在這裡可以欣賞到女木島、男木島、大島、豐島、小豐島、小豆島、稻毛島等瀨戶內海諸島的美景。特別在夕陽西下時，瀨戶內海被渲染成紅色，堪稱當地不容錯過的壯麗勝景。沿著一條單程約30分鐘的步行小道，就能從長崎鼻走到遊鶴亭觀景台。從大多數方向看去，屋島的山頂都是一片寬闊的平頂台地。唯有長崎鼻不同，從這裡眺望屋島，它儼然是一座尖頂山峰，遊鶴亭觀景台則仿佛高懸在山巔一般。

1853年，美國要求日本開放與西方國家的貿易往來，從此，德川幕府下定決心對海防進行現代化改造。1863年，幕府命令高松藩領主在長崎鼻修築炮台，保衛高松港。當時，三層的炮台上共架起了6尊大炮。雖然炮台本身早已不復存在，但至今依然可見其痕跡。

<日本語仮訳>**長崎の鼻**

「長崎の鼻」とは、屋島の最北端に位置する瀬戸内海に突き出た短い岬で、ひっそりとした白い浜のそばにある。ここでは、女木島、男木島、大島、豊島、小豊島、小豆島、稲毛島など、瀬戸内海の多島美を楽しむことができ、とりわけ瀬戸内海が真っ赤に染まる夕陽のグラデーションはおすすめ。長崎の鼻から遊鶴亭という展望台までは、約 30 分の遊歩道が整備されている。どの角度からも屋島の頂上は広い台地のように見えるが、長崎の鼻から見ると「遊鶴亭」は尖った山の頂上にあるように見える。

1853 年にアメリカが日本に開国を要求した後、徳川幕府は日本の海防の近代化を決定する。1863 年、幕府は高松藩主に命じて、高松港を守るための砲台を長崎の鼻に作らせた。3 段のこの砲台には 6 門の大砲が設置されていた。砲台自体はなくなってしまったが、砲台の跡は今も残っている。

【タイトル】 遊鶴亭

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**游鹤亭**

登上位于屋岛北岭的“游鹤亭”观景台，可一览濑户内海全景。这里是屋岛风光最美的三处观景台之一，另两处分别是“狮子灵岩”和“谈古岭”。

从游鹤亭可以看到许多濑户内海最有名的岛屿。观景台正对大岛、丰岛和小豆岛，左侧是男木岛和女木岛这两座双子岛屿，更远处是艺术之岛直岛，它以岛上为数众多的博物馆和户外艺术展品而闻名。这些岛屿和屋岛都是濑户内海国立公园的一部分。屋岛与其他岛屿很近，是游览濑户内海的理想起点。

游鹤亭的观景台是一个现代式样的白色圆形平台，一根中心立柱独力支撑着圆形的屋顶，围着立柱底部设置了一圈椅子。这样的设计可以确保不遮挡风景，也不会喧宾夺主。

从位于南岭的游客停车场可步行前往游鹤亭。此外，从岛屿北端的“长崎之鼻”海岬附近出发，也有一条登山步道通往此处观景台。部分步道两侧生长着乌冈栎，树冠在步道上空相交，绿荫如盖。

<繁体字>**遊鶴亭**

屋島北嶺的「遊鶴亭」觀景台，可以飽覽瀨戶內海全景，與「獅子靈岩」和「談古嶺」並稱屋島最美的三處景觀台。

從遊鶴亭可以看到許多瀨戶內海出名的島嶼。觀景台正對大島、豐島和小豆島，左側是男木島和女木島這兩座雙子島嶼，更遠處是藝術之島直島，它以島上為數眾多的博物館和戶外藝術展品而聞名。這些島嶼和屋島都是瀨戶內海國立公園的一部分。由於屋島與其他島嶼很近，因此是遊覽瀨戶內海的理想出發點。

遊鶴亭的觀景台是一個現代化的白色圓形平台，一根中心立柱獨力支撐著圓形屋頂，圍著立柱底部設置了一圈椅子。這樣的設計可以確保不遮擋風景，也不會喧賓奪主。

遊鶴亭可以從南嶺的遊客停車場步行前往。此外，從島嶼北端的「長崎鼻」海岬附近出發，也有一條登山步道通往這座觀景台。部分步道兩側生長著烏岡櫟，樹冠在步道上空相交，綠蔭如蓋。

<日本語仮訳>

遊鶴亭

屋島の北嶺にある「遊鶴亭」は、「獅子の壺巖」、「談古嶺」と並ぶ屋島三展望台のひとつ。遊鶴亭からは瀬戸内海が一望できる。

遊鶴亭からは瀬戸内海の数々の有名な島が見える。正面には大島、豊島、小豆島、左手には双子の島である男木島と女木島、その先には美術館や野外展示が点在するアートの島として有名な、直島が見える。これらの島々と屋島は、瀬戸内海国立公園に含まれている。屋島は他の島々に近いため、瀬戸内海観光の理想的な出発点となっている。

遊鶴亭はモダニズムを感じさせる白い丸屋根の円形の展望台で、中央の 1 本の柱に支えられている。柱の根元には円形のベンチが設置されている。この構造は、景色を妨げないように設計されている。

遊鶴亭は南嶺にある駐車場から歩いて行くか、島の北端、長崎の鼻の岬の近くにある遊歩道から登ることもできる。道の一部に沿って生えているウバメガシが、遊歩道を覆うひさしのようにになっている。

【タイトル】 遊鶴亭への登山道

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**通往游鹤亭的登山步道**

通往游鹤亭的登山步道，全长 2.4 公里。其起点位于屋岛南坡的游客停车场附近，终点位于屋岛北岭的游鹤亭观景台，此处观景台以一望无际的濑户内海海景而著称。步道全程约需 30 分钟，途经千间堂广场，并在这里一分为三，每条岔道均可看到屋岛不同的地貌景观。

三条岔道在距离千间堂广场几百米开外处重新会合，从这里开始，乌冈栎夹道排列，弯弯曲曲的枝干在步道上空相交，形成一道绿荫天幕。掠过屋岛山顶的强风令树木长成了如此形状。春夏两季绿荫最浓，景色格外令人赞叹。

<繁体字>**通往遊鶴亭的登山步道**

通往遊鶴亭的登山步道，全長 2.4 公里。步道起點位於屋島南坡的遊客停車場附近，終點是屋島北嶺的遊鶴亭觀景台，這處觀景台以俯瞰瀨戶內海海景著稱。登山步道全程約需 30 分鐘，途經千間堂廣場，並在這裡一分为三，每條路徑均可看到屋島不同的地貌景觀。

三條路徑在距離千間堂廣場幾百公尺之外重新會合，從這裡開始，烏岡櫟夾道排列，彎彎曲曲的枝幹在步道上方相交，形成一道綠蔭天幕。因為屋島山頂的強風令樹木長成了如此形狀。春夏兩季綠蔭最濃，景色格外令人讚歎。

<日本語仮訳>**遊鶴亭への登山道**

瀬戸内海を一望できる遊鶴亭を目指す約 2.4 キロの登山道は、屋島の南側にある駐車場の近くからスタートする。北嶺にある遊鶴亭までは約 30 分の道のりで、途中の千間堂広場で道は 3 つに分かれ、それぞれ異なる屋島の地形を眺めることができる。

千間堂広場から数百メートル進むと道は再び合流し、その両脇にはウバメガシの木が立ち並び、曲がった幹や枝がトンネルのようにになっている。屋島の頂上では風が強いため、自然にこのような形になったのだという。木々の緑が最も鮮やかな春から夏にかけての風景は、特に見事である。

【タイトル】 千間堂跡

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

千间堂遗址

千间堂遗址位于屋岛北岭。相传，千间堂就是屋岛寺的前身，原本是唐代中国高僧鉴真(688-763)在公元 754 年创建。后来，寺庙被高僧空海（774-835；谥号弘法大师）移到如今屋岛寺所在的山顶台地南侧，同时改宗为真言宗。

2000 年在一次对千间堂遗址的考古发掘中，人们发现了建造寺庙时通常用作柱子底座的础石遗迹。考古学家相信，这些础石均出自当年的某一间佛堂。此外，这次发掘还出土了 3 个装饰性的多口陶罐，它们与佛坛上使用的陶罐形制一致，足以证明这里的确曾经是一处神圣的宗教场所。遗址西侧的石头遗迹被认为是建于 13 世纪的墓地。

千间堂遗址旁边就是千间堂广场，这是一处绿地，设有公共卫生间和一座凉亭。

<繁体字>

千間堂遺址

千間堂遺址位於屋島北嶺。相傳，千間堂就是屋島寺的前身，原本是唐代中國高僧鑑真（688-763）在西元 754 年創建。後來，寺廟被高僧空海（774-835；諡號弘法大師）移到如今屋島寺所在的山頂台地南側，同時改為佛教真言宗。

2000 年在千間堂遺址進行的考古發掘，發現了礎石遺跡，其通常是建造寺廟時作為柱子底座石墩。考古學家認為，這些礎石應是過去某一間佛堂建築的一部分。此外，這次發掘還出土了 3 個裝飾性的多口陶罐，它們與佛壇上使用的陶罐形制一致，足以證明這裡的確曾經是一處神聖的宗教場所。遺址西側的石頭遺跡被認為是建於 13 世紀的墓地。

千間堂遺址旁邊就是千間堂廣場，這是一處綠地，設有公共廁所和一座涼亭。

<日本語仮訳>

千間堂跡

屋島の北嶺に位置する千間堂跡は、754 年に中国唐代の僧侶・鑑真（688-763）が屋島寺の前身となる寺を創建した場所とされている。その後、空海（774-835、諡号は弘法大師）が台地の南側にある現在の場所に移し、同時に真言宗に改宗した。

2000 年に行われた発掘調査では、寺院を建てる際に柱の土台として使われたと思われる礎石の跡が見つかった。考古学者は、礎石は仏堂のものであるとしている。また、仏壇で使われるような複数の注ぎ口を持つ装飾的な土器が 3 つ発見され、この場所がかつて神聖な場所であったことを示す証拠となった。西側にある石の遺跡は、13 世紀に作られたお墓と考えられている。

千間堂跡の近くには千間堂広場という緑地があり、トイレやあずまやが設置されている。

【タイトル】 魚見台

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**鱼见台**

屋島の北嶺上有四座“鱼见台”（观鱼台），每一座都能从不同方向眺望濑户内海的景色。人们认为，鱼见台最初是一处古老军事堡垒的瞭望台，守卫兵士可以从那里看到接近的船只。随着时间推移，本地渔民也能登上这几座高台，通过观察海面的水流变化或空中盘旋的鸟群等讯号，分辨哪里有鱼群出现。来自鱼见台的信号会指引渔民同伴前往最佳的渔场。

东南端的鱼见台就在千间堂遗址附近，正面对着屋岛湾、五剑山和牟礼地区，左边则是濑户内海。鱼见台下面有一小片房屋，过去或许是一座小小的渔村。从这里还能看到一个小海湾，据说在公元1185年著名的屋岛之战爆发前夕，平家就把他们的战船藏在这里。

<繁体字>**魚見台**

屋島的北嶺上有四座「魚見台」（觀魚台），每一座都能從不同方向眺望到濑戶內海的景色。一般認為，魚見台最初是一處古老軍事堡壘的瞭望台，守衛士兵可以從那裡看到接近的船隻。隨著時間推移，當地漁民也利用這幾座高台觀察魚汛，通過觀察海面的水流變化或空中盤旋的鳥群等訊號，分辨哪裡有魚群出現，以指引漁民們前往最佳的漁場。

東南端的魚見台就在千間堂遺址附近，正面對著屋島灣、五劍山和牟禮地區，左邊則是濑戶內海。魚見台下面有一片房屋聚落，過去或許是一個小漁村。從這裡還能看到一個小海灣，據說在西元1185年著名的屋島之戰爆發前夕，平家就把他們的戰船藏在這裡。

<日本語仮訳>**魚見台**

屋島の北嶺には4つの「魚見台」があり、それぞれ違う方向から濑戶内海を一望することができる。魚見台は元々古代の砦の見張り台で、船の接近を確認するために使われていたと考えられている。その後、波紋や上空を旋回する鳥などから魚群の位置を確認する場所として地元の漁師たちに使われるようになり、魚見台からの合図で仲間の漁師たちは良い漁場へと向かっていた。

千間堂跡の近く、最も南東にある魚見台の先には屋島湾、五剣山、牟礼地区があり、左手には瀬戸内海が広がっている。魚見台の下、かつて漁村があったと思われる場所には小さな家が集まっている。また、有名な1185年の屋島の戦いの前に、平家が船を隠したとされる入り江も見渡せる。

【タイトル】屋嶋城跡

【想定媒体】WEB

<簡体字>

屋島城遗址

屋島城建於公元 667 年，是屋島上最早的建築之一。日本最古老的官方史書《日本書紀》（成書於公元 720 年）中就已經提到了它，但這處遺址直到 1998 年才被確認。

當時，為了防禦來自中國唐朝和朝鮮半島新羅的進攻（雖然這樣的進攻從未出現），日本建立了一系列軍事堡壘，屋島城正是其中之一。修建城堡時，屋島與四國本土完全分離，擁有居高臨下瞭望海面全景的戰略視野。這座城堡和此後各時期建造的典型日式城堡都不一樣，從佈局、石基形態以及高約 6 米的石牆來看，它更像是參考了朝鮮半島樸素的城堡樣式。

城堡正門建在屋島的南坡上，面朝高松市。這部分遺址經發掘、復原，現已向公眾開放。城門本身比其門前道路高 2.5 米，任何人想要入城都得使用梯子。進入正門後還有第二道入口，與正門呈直角，形成了一個防範進攻的瓶頸區域，稱「瓮城」。

這座城堡在設計上最大限度地利用了環境優勢。城牆綿延約 7 公里，人們認為其中只有 10% 是純人工建造的，其餘部分大都利用了天然的山脊和岩石結構。據說，如今的登山步道的部分路段就是當年城牆的頂部。

<繁体字>

屋島城遺址

屋島城建於西元 667 年，是屋島上最早的建築之一，在日本最古老的官方史書《日本書紀》（成書於西元 720 年）中就已經出現。但這處遺址直到 1998 年才被確認。

當時，為了防禦來自中國唐朝和朝鮮半島新羅的進攻（雖然這樣的進攻從未出現），日本建立了一系列軍事堡壘，屋島城正是其中一環。修建城堡時，屋島與四國本土完全分離，擁有居高臨下瞭望海面全景的戰略視野。這座城堡和此後各時期建造的典型日式城堡都不一樣，從佈局、礎石形態以及高約 6 公尺的石牆來看，它更像是參考了朝鮮半島樸素的城堡樣式。

城堡正門建在屋島的南坡上，面朝高松市。這部分遺址經被發掘、復原，現已向大眾開放。城門本身在入口上方 2.5 公尺處，任何人想要入城都得使用梯子。進入正門後還有第二道入口，與正門呈直角，形成了一個防範進攻的區域，稱「甕城」。

這座城堡在設計上最大限度地利用了環境優勢。城牆綿延約 7 公里，人們認為其中只有 10%是人工建造的，其餘部分大都利用了天然的山脊和岩石結構。據說，如今的登山步道的部分路段就是舊城牆的頂部。

<日本語仮訳>

屋嶋城跡

屋嶋城は、667 年に築城された屋島で最も古い史跡の一つである。日本最古の公的な歴史書である『日本書紀』（720 年に完成）にも記載されているが、城の遺構として特定されたのは 1998 年のことである。

屋嶋城は中国の唐や朝鮮半島の新羅の侵攻に備えて（攻撃されたことはなかった）築かれた城の一つであった。築城当時の屋島は四国本土とは完全に切り離されていたため、城からは海が一望できた。屋嶋城は、後の時代の一般的な城とは異なり、高さ約 6 メートルの石垣を含む城の配置や石造りの基礎から、朝鮮半島の素朴な城のような作りであることが伺える。

屋島の南斜面に位置する高松市の方向を向いた城門は、発掘・復元され、一般公開されている。門自体はアプローチから 2.5 メートルの高さにあるため、中に入るには梯子を使わなければならない。また、正門と直角の位置に 2 つ目の入口があり、「甕城」と呼ばれる攻め手にとっての障壁になっている。

城は、その環境を最大限に利用するように設計されていた。城壁の長さは約 7 キロにも及ぶが、人工的に作られたものは全体の 1 割程度と言われている。残りは屋島の自然の尾根や岩を取り入れており、屋島の現在の登山道の一部は、かつての城壁の上を通っているとされる。

【タイトル】 屋島寺

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

屋島寺

屋島寺是屋島最引人注目的景点之一。据说寺庙建于公元 754 年，创建者正是日本佛教律宗的创始人、来自中国的高僧鉴真(688-763)。最初的庙址位于屋岛山北坡，只是到了公元 9 世纪早期，高僧空海（774-835；谥号弘法大师）将寺庙迁至现在台地南侧的位置，并改为真言宗。屋岛寺是“四国灵场八十八所”巡礼第 84 处灵场。

相传，寺庙所供奉的本尊千手观音坐像也是空海所刻。坐像最初供奉在本堂（正殿），现陈列于寺庙的宝物馆中。观音像、本堂建筑以及出自 1223 年的梵钟都已被指定为国家重要文化财产。

除了佛像之外，屋岛寺的宝物馆里还展出与 1185 年屋岛之战相关的文物及资料。

本堂旁边有一家神社，供奉的是蓑山大明神，这是一只传说中的狸猫，能够随心所欲地变幻模样。

<繁体字>

屋島寺

屋島寺是屋島最引人注目的景點之一。據說該寺建於西元 754 年，創建者正是日本佛教律宗的創始人、來自中國的高僧鑒真（688-763）。最初的廟址位於屋島山北坡，到了西元 9 世紀早期，高僧空海（774-835；諡號弘法大師）將寺廟遷至現在台地南側的位置，並改為真言宗。屋島寺是「四國靈場八十八箇所」巡禮第 84 處靈場。

相傳，寺廟所供奉的主尊千手觀音坐像也是空海所刻。坐像最初供奉在本堂（正殿），現陳列於寺廟的寶物館中。觀音像、本堂建築以及鑄於 1223 年的梵鐘都已被指定為國家重要文化財產。

除了佛像之外，屋島寺的寶物館裡還展出與 1185 年屋島之戰相關的文物及資料。

本堂旁邊有一家神社，供奉的是蓑山大明神，傳說中這是一隻能隨心所欲地變換模樣的狸貓。

<日本語仮訳>

屋島寺

屋島寺は屋島で最も目を引くスポットの一つである。754 年、日本に仏教の律宗を開いた中国の僧・鑑真（688-763）が山の北側に創建したとされる。9 世紀初頭に空海（774-835、諡号は弘法大師）によって真言宗の寺院に改められ、さらに台地の南側の現在の場所に移された。屋島寺は、「四国霊場八十八箇所」巡礼の第 84 番札所である。

本堂に安置されていた寺の本尊である千手観音坐像は、空海が彫ったとされ、現在は宝物館に展示されている。この千手観音像と本堂、1223 年に作られた梵鐘は重要文化財に指定されている。

寺院の宝物館には、仏像、1185 年の屋島の戦いの遺物や資料などが展示されている。

本堂の横の神社には、どんな姿にもなれるという伝説のためき、蓑山大明神が祀られている。

【タイトル】 屋島寺宝物館

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

屋島寺宝物館

屋島寺宝物館就位于寺庙本堂（正殿）旁，馆中展出寺庙在漫长历史中保留至今的各类文物珍藏，展品包括佛像、卷轴挂画以及屏风等。

许多展品都与公元1185年的屋岛之战有关，这是日本历史上的一次关键战役，爆发于源平合战(1180-1185)的最后阶段，源氏打败平家，最终获得了胜利。馆中藏有两幅狩野探信(1653-1718)的卷轴挂画，两者为一组，描绘了战役中的一幕场景。画面上，源氏武将那须与一（约1169-约1232）正要射下一把高挂在一艘撤退中的平家战船上的扇子。

馆内一同展出的还有那须与一后人捐赠的白色旗帜。这些白旗并不代表投降，而是那场战争中源氏一方的军旗。

宝物馆内还陈列着一尊千手观音坐像，相传这尊雕像出自高僧空海（774-835；谥号弘法大师）之手。此外，馆内还有一面非常有名的屏风，作者是土佐光起(1617-1691)，描绘的正是屋岛之战，另有若干卷轴挂画一同展出。

<繁体字>

屋島寺寶物館

屋島寺寶物館就位於寺廟本堂（正殿）旁，館中展出寺廟在漫長歷史中保留至今的各類文物珍藏，展品包括佛像、卷軸掛畫以及屏風等。

館內許多展品都與西元1185年的屋島之戰有關，這是日本歷史中的一個關鍵戰役，在源平合戰（1180-1185）的最後階段，源氏打敗平家，最終獲得了勝利。館中藏有兩幅狩野探信（1653-1718）的卷軸掛畫，兩幅為一組，描繪了戰役中的一幕場景。畫面上，源氏武將那須與一（約1169-約1232）正要射下一把高掛在一艘撤退中的平家戰船上的扇子。

館內一同展出的還有那須與一後人捐贈的白色旗幟。這些白旗並不代表投降，而是戰爭中源氏一方的軍旗。寶物館內還陳列著一尊千手觀音坐像，相傳這尊雕像出自高僧空海（774-835；諡號弘法大師）之手。此外，館內還有一面非常有名的屏風，作者是土佐光起（1617-1691），描繪的正是屋島之戰，另有若干卷軸掛畫一同展出。

<日本語仮訳>

屋島寺宝物館

屋島寺宝物館は本堂のすぐそばにあり、仏像や掛け軸、屏風など、寺の長い歴史にまつわるさまざまな遺物を展示している。

展示品の多くは、源平合戦（1180-1185）の終盤に源氏が平氏を破った日本史の重要な局面である屋島の戦い（1185年）に関連するものである。その中のひとつ、狩野探信（1653-1718）筆の絵巻物は、源氏の武将である那須与一（伝 1169-1232）が退却する平氏の船に掲げられた扇に矢を放つ場面を描いた、2枚で1組の絵図である。

展示品の中には、与一の子孫から寄贈された白い旗もある。この白旗は、降伏を意味するものではなく、源氏が戦時中に掲げていた軍旗である。

また、空海（774-835、諡号は弘法大師）が彫ったとされる屋島寺の千手観音坐像も宝物館に所蔵されている。さらに、土佐光起（1617-1691）による屋島の戦いそのものを描いた有名な屏風や、数々の掛け軸などもある。

【タイトル】 蓑山大明神と屋島稻荷

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

蓑山大明神与屋岛稻荷神社

屋岛寺本堂（正殿）旁，有一条红色鸟居隧道通往一座小神社。这种门廊式的鸟居参道代表稻荷神社的入口，两旁通常应立狐狸雕像。可在这里，守卫神社入口的却是左右两尊巨大的狸猫像。这座小神社供奉的“蓑山大明神”是传说中的本地神明，名叫“屋岛太三郎狸”，是日本三大名狸之一，平时以狸猫的形象出现，拥有随意变幻模样的能力，其幻化能力堪称冠绝日本。据说，这位神明能保佑家庭和睦、婚姻美满，还能让夜间娱乐行业生意兴隆。

日本神话里常常把能自由变化的狸猫描绘成喜欢恶作剧的动物，但蓑山大明神的故事却不同。相传，当年高僧空海（774-835；谥号弘法大师）在屋岛的浓雾中迷失了方向，蓑山大明神就在此时幻化成一位披着蓑衣的老人，引领空海平安抵达山顶。除此以外，关于狸猫大神的故事还有不少，就连吉卜力工作室的动画片《百变狸猫》（1994年）里也有它的身影。这部影片的主角是一群会变形幻化的狸猫，它们居住在东京，因为人类一项新的郊区开发项目而团结起来，奋力阻止家园遭到破坏。

蓑山大明神的后面是屋岛稻荷神社。在抵达稻荷神社门口的鸟居通道之前，必须先从一些屋岛寺参拜者捐献的狸猫像前经过。屋岛稻荷神社位于一片竹林深处，环境静谧，气氛安宁。

<繁体字>

蓑山大明神與屋島稻荷神社

屋島寺本堂（正殿）旁，有一條紅色鳥居隧道通往一座小神社。這種門廊式的鳥居參道代表稻荷神社的入口，兩旁通常應立狐狸雕像。可在此處，守衛神社入口的卻是左右兩尊巨大的狸貓像。這座小神社供奉的是「蓑山大明神」，祂是傳說中的當地神明，名叫「屋島太三郎狸」，是日本三大名狸之一，平時以狸貓的形象出現，擁有隨意變幻形象的能力，其幻化能力堪稱冠絕日本。據說，這位神明能保佑家庭和睦、婚姻美滿，還能讓夜間娛樂行業生意興隆。

日本神話經常把會自由變化的狸貓描繪成喜歡惡作劇的動物，但蓑山大明神的故事卻不盡相同。相傳，當年高僧空海（774-835；諡號弘法大師）在屋島的濃霧中迷失了方向，蓑山大明神就在此時幻化成一位披著蓑衣的老人，帶領空海平安抵達山頂。除此以外，關

於狸貓大神的故事還有不少，就連吉卜力工作室的動畫片《平成狸合戰》（1994年）裡也有祂的身影。這部影片的主角是一群會變形幻化的狸貓，祂們居住在東京，因為人類一項新的郊區開發專案而團結起來，奮力阻止家園遭到破壞。

蓑山大明神的後面是屋島稻荷神社。在抵達稻荷神社門口的鳥居通道之前，必須先從屋島寺參拜者所捐獻的狸貓像前經過。屋島稻荷神社位於一片竹林深處，環境靜謐，氣氛安寧。

<日本語仮訳>

蓑山大明神と屋島稻荷神社

屋島寺の本堂の横に、赤い鳥居のトンネルが続く小さな祠がある。通常鳥居のトンネルは稻荷神社の入り口を示し、両側にはキツネの像が置かれるはずである。しかし、この神社の入り口には、2体の大きなたぬきの像が並んでいる。ここで祀られている蓑山大明神は、名は「屋島太三郎狸」、日本三名狸の一匹である。たぬきの姿をしているが、自由に変身でき、その化け方の妙技は日本一であったと信じられていたこの地の伝説の神で、家庭円満や良縁、夜の商売などにご利益があると言われている。

日本の神話では、変幻自在なたぬきはいたずら好きな動物として描かれることが多いが、蓑山大明神が屋島の霧の中で迷った空海（774-835、諡号は弘法大師）を助けたという逸話がある。蓑山大明神は蓑を着た老人の姿で空海の前に現れ、無事に屋島の頂上まで導いたとされる。伝説のたぬきの物語は他にもあり、スタジオジブリのアニメ映画「平成狸合戦ぽんぽこ」（1994年）にも登場している。これは東京の郊外の開発を阻止するために、変幻自在なたぬきたちが団結するという物語である。

蓑山大明神の裏手には屋島稻荷神社がある。鳥居のトンネルまでたどり着くには、屋島寺の参拝客によって寄贈された、数々のたぬきの置物の前を最初に通る必要がある。屋島稻荷神社はひっそりとした竹林の中にあり、この場所の静かな雰囲気を実感させている。

【タイトル】 獅子の靈巖でのかわらけ投げ

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

獅子靈岩の土器投擲

“獅子靈岩”是屋島最热门的观景台之一，但吸引了众多游人的，并不仅仅是可俯瞰高松市和濑户内海的壮阔美景。

在这里，来访者可以参与一项名叫“土器投擲”的传统活动。观景台下的树林上空有一个用缆绳悬吊的金属大圆环。来访者需要把一个小巧又环保的素烧土器从山脊投入大海。依照传说，如果能让土器过圆环入海，或是将它投得非常远，就可以祛除恶灵，求取好运。

相传，这项传统活动起源于源氏庆祝屋岛之战（1185年）告捷之际，当时，武士们纷纷将自己的圆形头盔抛向空中，以表达内心的喜悦。金属圆环是后来添加的，只是为了设置一个瞄准目标。狮子灵岩附近的小摊贩都会将当地制作的小巧土器分装成袋出售，供来访者练习投擲技巧。

<繁体字>

獅子靈岩の土器投擲

「獅子靈岩」是屋島最熱門的觀景台之一，但吸引眾多遊客的，並不僅僅是高松市和濑户内海的壯闊美景。

遊客還可以參與一項名叫「土器投擲」的傳統活動。觀景台下的樹林上空有一個用纜繩懸吊的金屬大圓環。遊客需要把一個小巧又環保的素燒土器從山脊投入大海。依照傳說，如果能让土器穿過圓環入海，或是將它投得非常遠，就可以祛除惡靈，求取好運。

相傳，這項傳統活動起源於源氏慶祝屋島之戰（1185年）告捷之際，當時，武士們紛紛將自己的圓形頭盔拋向空中，以表達內心的喜悅。金屬圓環是後來添加的，只是為了設置一個瞄準目標。獅子靈岩附近的小攤販都會將當地製作的小巧土器分裝成袋出售，供遊客練習投擲技巧。

<日本語仮訳>

獅子の靈巖でのかわらけ投げ

「獅子の靈巖」は屋島で最も人気のある展望スポットのひとつだが、訪れる人を魅了するのは、高松や瀬戸内海を見渡せる絶景だけではない。

ここでは伝統的な「かわらけ投げ」に参加することができる。展望台の下、木立のすぐ上に、ワイヤーで吊るされた金属製の輪がある。環境にやさしい小さな陶器の皿を尾根から海に向かって投げるというものだ。輪っかの中を通ったり遠くまで飛んだりすると、幸運や魔除けの効果があると言われている。

これは、源氏が屋島の戦い（1185年）で勝利した際、武士たちが丸い兜を空中に投げて祝ったことに由来すると言われている。輪っかは狙いを定めるための的として、最近になって付けられたものである。獅子の霊巖の近くに、地元で作られた小さな皿をパックにして販売する店があり、観光客は投げる力を試すことができる。

【タイトル】獅子の霊巖からの夕景と夜景

【想定媒体】WEB

<簡体字>

獅子灵岩的夕阳与夜色

登上“狮子灵岩”，任何时候都能欣赏到迷人美景。不过此处山脊面朝西方，日落景象更加令人震撼，所以被列入了日本的“夕阳百选”。

每年5月到9月中旬，夕阳落入濑户内海，将海水与天空都染成绚烂的橘红与橙黄。从这处山脊上望去，渐渐西沉的落日勾勒出女木岛与男木岛的轮廓，而著名的艺术之岛直岛在它们身后隐约可见。

夜幕降临后，高松市内的灯光与漆黑的大海形成强烈反差。往返高松与濑户内海诸岛的渡轮，仿佛是一盏盏漂浮于海面的灯笼。

<繁体字>

獅子靈岩的夕陽與夜色

獅子靈岩在任何時候都能欣賞到迷人美景。不過這處山脊面朝西方，日落景象更加令人震撼，所以被列入日本的「夕陽百選」。

每年5月到9月中旬，夕陽落入瀨戶內海，將海水與天空都染成絢爛的橘紅與橙黃。從這處山脊上望去，漸漸西沉的落日勾勒出女木島與男木島的輪廓，而著名的藝術之島直島在它們身後隱約可見。

夜幕降臨後，高松市內的燈光與漆黑的大海形成強烈反差，往返高松與瀨戶內海諸島的渡輪，仿佛是一盞盞漂浮於海面的燈籠。

<日本語仮訳>

獅子の霊巖からの夕景と夜景

「獅子の霊巖」からの眺めはいつ見ても訪れる人を魅了するが、尾根が西を向いているため、日没時の眺めは特に印象的である。日本の「夕陽百選」にも選ばれている。

毎年5月から9月中旬にかけて、瀬戸内海に沈む夕日が、海と空をオレンジや黄色に染め上げる。尾根から見下ろすと、女木島や男木島が夕日に浮かび上がり、その奥にはアートの島として有名な直島が見える。

日が暮れると、高松の灯りと広大な黒い海のコントラストが美しい。高松と瀬戸内海の島々を往来するフェリーは、まるで灯籠のように風景の中を往来している。

【タイトル】 屋島山上交流拠点施設「やしまーる」

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

屋島山上的交流据点设施“Yashimaru”

屋島山上的交流据点设施“Yashimaru”是从屋島高处俯瞰风景的最佳观景点之一。这个设施位于新屋島水族館旁边，身兼多重角色——它是游客与本地居民之间进行文化交流的活动基地，也是一处观景台和本地地标，同时还是一间画廊、一个露台。

在设施的建筑设计选拔中，由周防贵之(1980-)在京都创立的建筑事务所“SUO”拔得头筹。项目实施则由SUO和另一家建筑事务所“Style-A”合作完成。

建筑整体设计为独特的不规则曲线形，这是为了更好地融入周围环境，同时凸显环绕它的自然景致。建筑一侧面向高松市和濑户内海，宽阔的大玻璃窗外是一览无余的广阔美景。观景区域北侧是“全景展示室”，此处画廊内的一幅艺术作品从全景角度展现了公元1185年爆发的屋島之战。圆形展厅为参观者提供了165°视角的沉浸式观画体验。

此外，设施内还设有一家咖啡馆和一个纪念品商店。来访者沿一条曲折蜿蜒的环形步道即可走遍整座建筑，步道环绕着一个中心广场和几处小型庭园。

<繁体字>

屋島山上的交流據點設施「Yashimaru」

屋島山上的交流據點設施「Yashimaru」是從屋島高處俯瞰風景的最佳觀景點之一。這個設施位於新屋島水族館旁邊，身兼多重角色——它是遊客與當地居民之間進行文化交流的活動中心，也是一處觀景台和當地地標，同時還是一間畫廊、一個露台。

在設施的建築設計選拔中，由周防貴之（1980-）在京都創立的建築事務所「SUO」拔得頭籌。專案實施則由SUO和另一家建築事務所「Style-A」合作完成。

建築整體設計為獨特的不規則曲線形，這是為了更好地融入周圍環境，同時凸顯環繞的自然景致。建築一側面向高松市和濑戶內海，寬闊的大玻璃窗外是一覽無餘的廣闊美景。觀景區域北側是「全景展示室」，畫廊內展示了一幅全景藝術作品，描繪1185年發生的屋島之戰。圓形展廳為參觀者提供了165°視角的沉浸式觀畫體驗。

此外，設施內還設有一家咖啡館和一間禮品店。遊客沿一條曲折蜿蜒的環形步道即可走遍整座建築，步道環繞著一個中心廣場和幾處小型庭園。

<日本語仮訳>

屋島山上交流拠点施設「やしまーる」

屋島山上交流拠点施設「やしまーる」は、屋島の高台からの眺めを楽しむのに最適な場所のひとつである。新屋島水族館の横にあるこの場所は、訪れた人と地元の人との文化交流の拠点であり、展望台であり、地域のランドマークであり、ギャラリーであり、テラスでもあるという、多面的な役割を果たしている。

設計コンペを勝ち抜いたのは、周防貴之氏（1980- ）が設立した京都の建築事務所「SUO」で、プロジェクトはSUOともう一つの建築事務所「Style-A」のコラボレーションによって実現した。

不規則なカーブを描くユニークな形状の建物は、周囲の環境に溶け込みながらも、自然環境を際立たせるようにデザインされている。建物の片側は高松市と瀬戸内海に面しており、大きな窓からその景色が一望できる。展望スペースの北側には、1185年の屋島の戦いを描いたパノラマアートを展示したギャリースペース「パノラマ展示室」がある。円形のホールでは、絵を165度の角度で見ることができ、没入感を味わうことができる。

ビジターセンターにはカフェやギフトショップも併設されている。建物全体をぐるりと歩いて見学できる曲がりくねった道があり、その中心には広場と小さな庭園がいくつか設けられている。

【タイトル】 屋島山上交流拠点施設「やしまーる」：パノラマ展示

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

屋島山上的交流据点设施“Yashimaru”：全景展示

屋島山上的交流据点设施“Yashimaru”的全景展示，受到 19 世纪晚期风靡日本的 360° 全景展厅的启示，被设计成半圆形展厅。其特色在于一幅弧面全景画作和地面的三维模型。画作与地面模型相互连接，以融合二维和三维的形式表达同一主题。与通常置于画框内的画作不同，这幅 165° 全景画所追求的，是为观赏者带来身临其境的体验。

这件艺术品出自画家保科丰巳(1953-)之手，核心主题是公元 1185 年爆发的屋岛之战。作品采用透视法来表现人与自然的关系，突出战争场景中的戏剧化元素，比如：来自凶险大自然的威胁、光明与黑暗、平静的海面、人们对夜幕降临的忧虑等等。这并不是完整描绘这一历史事件的写实作品，但战争的关键节点都包含其中，如果看得足够仔细，还能发现隐藏于画中的信息。

<繁体字>

屋島山上的交流據點設施「Yashimaru」：全景展示

屋島山上的交流據點設施「Yashimaru」的全景展示，靈感來自於 19 世紀晚期風靡日本的 360° 全景展廳，被設計成半圓形展廳。其特色在於弧面全景畫作和地面的三維模型。畫作與地面模型相互連接，以融合二維和三維的形式表達同一主題。與普通的框架畫不同，這幅 165° 全景畫所追求的，是為觀賞者帶來身臨其境的體驗。

這件藝術品出自畫家保科豐巳（1953-）之手，主題是西元 1185 年爆發的屋島之戰。作品用透視法來表現人與自然的關係，突出戰爭場景中的戲劇化元素，例如：來自兇險大自然的威脅、光明與黑暗、平靜的海面、人們對夜幕降臨的憂慮等等。這並不是一件完整描繪歷史事件的寫實作品，但戰爭的關鍵時刻都包含其中，如果看得足夠仔細，還能發現隱藏於畫中的資訊。

<日本語仮訳>

屋島山上交流拠点施設「やしまーる」：パノラマ展示

屋島山上交流拠点施設「やしまーる」のパノラマ展示は、19 世紀末に日本で流行した 360 度のパノラマホールをイメージした、半円形のギャリースペースである。曲面にはパノラマ絵画、床には立体

的なオブジェを展示している。絵画はそのオブジェとつながるように描かれており、平面と立体表現が融合した作品になっている。通常の額縁に入った絵画とは異なり、165度の角度から見ることのできるパノラマ絵画は、鑑賞する人が描かれたシーンの中に没入することを意図している。

作品の主要テーマは、1185年に起きた屋島の戦いである。作者であるアーティストの保科豊巳氏（1953- ）は、遠近法を用いて人間と自然の関係を表現し、戦いの場面のドラマチックな要素、たとえば自然の脅威、光と闇、静かな海、夕暮れ時の不安といったものを強調している。史実に即して正確に表現されているわけではないが、戦いの重要なシーンが描かれており、よく見ると絵の中にメッセージが隠されている。

【タイトル】新屋島水族館

【想定媒体】WEB

<簡体字>

新屋島水族館

新屋島水族館坐落于屋島山顶，紧邻屋島山上的交流据点设施“Yashimaru”。水族馆规模不大，很适合家庭参观。它的前身是“屋島山上水族館”，最初于1969年开业。2019年，原水族馆经过了大规模翻新后更名并重新对外开放。

早在1970年，这里便成为世界上第一个安装大型亚克力展示水箱的水族馆。水箱生产商是总部设在香川县三木町的尼普拉化工株式会社。尼普拉的水箱如今广泛应用于世界各地的许多水族馆中，包括美国加利福尼亚州的蒙特利湾水族馆、阿联酋的迪拜水族馆、中国的珠海长隆海洋王国等等。

新屋島水族館內共設大小 80 個水箱，里面生活着约 150 种不同的海洋生物，其中企鹅、水獭和两头西印度海牛最受欢迎。在日本，只有两处可以看到西印度海牛，一处是冲绳美丽海水族馆，另一处便是这里。

水族館定時為來訪者舉辦海豹和寬吻海豚表演，動物們出入水面，技能驚人。此外，來訪者可以乘坐玻璃底船近距離觀察海洋生物，也可以體驗投喂海牛、企鵝和海龜。

<繁体字>

新屋島水族館

新屋島水族館位於屋島山頂，緊鄰屋島山上的交流據點設施「Yashimaru」。水族館規模不大，適合家庭參觀。1969 作為「屋島山上水族館」開館，並於 2019 年進行大規模翻新和更名。

早在1970年，這裡便成為世界上第一個安裝大型壓克力展示水箱的水族館。水箱是由總部設立在香川縣三木町的尼普拉化工株式會社製造。尼普拉的水箱如今廣泛應用於世界各地的許多水族館中，包括美國加利福尼亞州的蒙特利灣水族館、阿聯酋的杜拜水族館、中國的珠海長隆海洋王國等。

新屋島水族館內共設 80 個大小不一的水箱，裡面生活著約 150 種不同的海洋生物，其中企鵝、水獭和兩頭西印度海牛最受歡迎。在日本，只有兩處可以看到西印度海牛，一處是沖繩美麗海水族館，另一處便是這裡。

水族館定時舉辦海豹和寬吻海豚表演，牠們出入水面，技能驚人。此外，遊客可以乘坐玻璃底船近距離觀察海洋生物，也可以體驗投喂海牛、企鵝和海龜。

<日本語仮訳>

新屋島水族館

新屋島水族館は、屋島の山頂、屋島山上交流拠点施設「やしまーる」の隣にある家族向けの小さな施設である。1969年に「屋島山上水族館」としてオープンし、2019年に大規模なリニューアルと名称変更を行った。

1970年には、世界の水族館で初めて大型アクリル水槽を導入した。この水槽は香川県三木町に本社がある日プラ社によるもので、現在はカリフォルニア州のモンレーベイ水族館やアラブ首長国連邦のドバイ水族館、中国の珠海長隆海洋王国など、世界中の水族館で使用されている。

同水族館では、大小 80 の水槽で約 150 種類の海の生き物が飼育されている。その中でも特に人気があるのは、ペンギン、カワウソ、2 頭のアメリカマナティーだ。新屋島水族館は、沖縄美ら海水族館と並んで、日本に 2 か所しかないアメリカマナティーを見ることができる水族館である。

アザラシやバンドウイルカが水中や水上でアクロバティックな芸を披露するショーが定期的で開催されている。また、ガラス底のボートから海の生き物を間近に見ることができ、マナティーやペンギン、ウミガメの餌付け体験もできる。

【タイトル】 牟礼

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**牟礼**

数世纪以来，牟礼和相邻的庵治都以出产高品质的花岗岩闻名，这些石材均采自五剑山。时至今日，牟礼与建筑石材、石雕、艺术等行业依然有着密切关联。本地有好几个相关主题的博物馆，其中包括高松市岩石民俗资料馆以及专为介绍野口勇(1904-1988)、中岛乔治(1905-1990)等艺术家和设计师开设的纪念馆，在这两位艺术家的职业生涯中，他们都曾在这里度过一段时光，并留下了许多艺术作品。

牟礼在1185年的屋岛之战中也扮演着重要角色。这是一场在源氏与平家之间爆发的战争，当时，平家占据地利，在屋岛拥有一座坚实的城郭，还有一支守卫城池的庞大船队。然而，源氏却沿着海岸燃起大火，摆出大军来袭的浩大声势，将平家战船吓退。待平家战船撤退后，源氏立刻登岸，取道牟礼，向屋岛发起进攻。

这场战事以源氏大胜告终。如今，牟礼还保留着几处与屋岛之战重要场景有关的纪念地，比如“祈祷岩”。相传源氏武将那须与一（约1169-约1232）正奋力追击逃遁的平家战船，他在射箭之前，曾在这块岩石前停下来祈祷。当时，战船上有一名女官，她将一把扇子绑在长杆上摇晃挥舞，对源氏军队发出挑衅。那须与一张弓放箭，正中扇子，从此他的武艺便成为了传奇。传说他放箭的地方就是如今的“驹立岩”。

牟礼在历史上曾经是个独立的城镇，如今隶属于高松市。相引川穿流而过，将牟礼与屋岛分隔两岸。

<繁体字>**牟禮**

數世紀以來，牟禮和相鄰的庵治都以出產高品質的花崗岩聞名，這些石材均採自五劍山。時至今日，牟禮與建築石材、石雕、藝術等行業依然有著密切關聯。當地有好幾個相關主題的博物館，其中包括高松市岩石民俗資料館以及專為介紹野口勇（1904-1988）、中島喬治（1905-1990）等藝術家和設計師開設的場館。在這兩位藝術家的職業生涯中，他們都曾在這裡度過一段時光，並留下了許多藝術作品。

牟禮在1185年的屋島之戰中也扮演著重要角色。這是一場在源氏與平家之間爆發的戰爭，當時，平家佔據地利，在屋島擁有一座堅實的城郭，還有一支守衛城池的龐大船隊。

然而，源氏卻沿著海岸燃起大火，擺出大軍來襲的浩大聲勢，將平家戰船嚇退。待平家戰船撤退後，源氏利用陸路，經過牟禮，向屋島發起進攻。

這場戰事以源氏大勝告終。如今，牟禮還保留著幾處與屋島之戰主要場面有關的紀念地，比如「祈禱岩」。相傳源氏武將那須與一（約 1169–約 1232）在射箭追擊退卻的平家戰船之前，曾在這塊岩石前停下來祈禱。當時，戰船上有一名女官，她將一把扇子綁在長杆上搖晃揮舞，對源氏軍隊發出挑釁。那須與一拉弓放箭，正中扇子，從此他的武藝便成為了傳奇。傳說他放箭的地方就是如今的「駒立岩」。

牟禮在歷史上曾經是個獨立的城鎮，如今隸屬於高松市。相引川穿流而過，將牟禮與屋島分隔兩岸。

<日本語仮訳>

牟礼

数世紀にわたって、牟礼と隣町の庵治は、五剣山から採掘される高品質の花崗岩で有名である。今でも牟礼は石工、彫刻、芸術との強いつながりがある。この地域には、高松市石の民俗資料館をはじめとする博物館や、イサム・ノグチ（1904-1988）やジョージ・ナカシマ（1905-1990）などの芸術家やデザイナーの記念施設がある。この2人は牟礼で活躍し、多くの作品を生み出した。

また、源氏と平氏による1185年の屋島の戦いでも、牟礼は重要な役割を果たした。平氏は屋島に城郭を構え、そこを守る大規模な船団を率いていた。しかし、源氏は海岸沿いに火を焚いて大軍が来たように見せかけ、平氏の船を退却させた。船がいなくなると、源氏は牟礼を経由して陸路で攻めたのである。

この戦いは源氏の決定的な勝利に終わり、戦いの重要な場面が牟礼には残されている。例えば「祈り岩」は、源氏の武将・那須与一（伝 1169-1232）が、退却する平氏の船に向かって矢を放つ前に祈りを捧げた場所を示している。船の中にいた女官が、棒の先につけた扇を振って源氏軍を挑発し、与一はその扇を狙った。矢は見事に的に当たり、与一の武芸は伝説となった。彼が矢を放ったとされる場所にあるのが、「駒立岩」である。

牟礼はかつて独立した町だったが、今は高松市の一部となっている。屋島とは相引川で隔てられている。

【タイトル】 洲崎寺

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**洲崎寺**

人们通常认为，牟礼的洲崎寺是佛教真言宗开宗祖师空海（774-835；谥号弘法大师）在9世纪初创建的。洲崎寺在源平合战(1180-1185)中扮演了重要角色，而这场源氏与平家之间爆发的大战在公元1185年的屋岛之战中迎来了最终一幕。

洲崎寺是战争期间接纳源氏伤兵之地，寺庙本身也在战争中受损严重。之后，洲崎寺曾数度经历被毁与重建，如今的寺庙建筑建于1699年。

洲崎寺并不在大名鼎鼎的“四国灵场八十八所”巡礼的灵场之列，但它是官方认定的“番外札所”。长居京都的庭园设计师藤井稔(1947-2018)为寺庙设计了一座枯山水庭园，并于2013年完工。庭园景观被设计为屋岛之战历史遗迹的鸟瞰图，两大块岩石和青苔分别代表屋岛台地和五剑山。布局经过精心规划，本地区许多隐蔽的海湾都被纳入图中，其中包括了当年平家隐藏战船迎战源氏的地方。

<繁体字>**洲崎寺**

人們通常認為，牟禮的洲崎寺是佛教真言宗開宗祖師空海（774-835；諡號弘法大師）在9世紀初創建的。洲崎寺在源平合戰（1180-1185）中扮演了重要角色，而這場源氏與平家之間的大戰，在西元1185年的屋島之戰中迎來了最終一幕。

洲崎寺是戰爭期間接納源氏傷患之地，寺廟本身也在戰爭中嚴重受損。之後，洲崎寺曾數度經歷被毀與重建，如今的寺廟建於1699年。

洲崎寺並不在大名鼎鼎的「四國靈場八十八箇所」巡禮的靈場之列，但它是官方認定的「番外札所」。長居京都的庭園設計師藤井稔（1947-2018）為寺廟設計了一座枯山水庭園，於2013年完工。其庭園布局可俯瞰屋島之戰的歷史遺跡，兩大塊岩石和青苔分別代表屋島台地和五劍山。此外，每一個佈景都經過精心規劃，當地許多隱蔽的海灣都被納入圖中，其中包括了當年平家隱藏戰船迎戰源氏的地方。

<日本語仮訳>**洲崎寺**

牟礼にある洲崎寺は、真言宗を開いた僧、空海（774-835、諡号は弘法大師）が 9 世紀初頭に創建したとされる寺院である。この寺は、1185 年の屋島の戦いで大詰めを迎えた源平合戦（1180-1185）で重要な役割を果たした。

戦いの最中、負傷した源氏の兵士は洲崎寺に運ばれた。洲崎寺はこの戦いで大きな被害を受け、その後も何度も再建・倒壊を繰り返した。現在の建物は 1699 年に建てられたものである。

洲崎寺は、有名な「四国霊場八十八箇所」巡礼の一つではないが、公式な「番外札所」として登録されている。京都在住の造園家・藤井稔（1947-2018）が設計し、2013 年に完成した枯山水庭園は、屋島の戦いの史跡を俯瞰するように配置されている。2 つの大きな岩と苔は、それぞれ屋島の台地と五剣山を表している。また、平氏が船を隠して源氏の攻撃を待っていた湾など、人里離れた湾が多いこの地域の特徴を表すべく、それぞれ慎重に配されている。

【タイトル】 祈り岩と駒立岩

【想定媒体】 WEB

<簡体字>

祈祷岩与驹立岩

在公元1185年爆发的屋岛之战中，有许多关键场面已经成为日本历史上的传奇故事，并在屋岛地区留下了不少古迹。源平合战(1180-1185)是源氏与平家两大家族势力之间的大战，最终以源氏在屋岛之战中获得决定性胜利而告终，而牟礼则在这场历史性的战斗中扮演着重要角色。牟礼的“祈祷岩”和“驹立岩”都和源氏武将那须与一（约1169-约1232）的逸闻有关。

在屋岛之战中，平家战船上的一名女官将扇子绑在长杆上摇晃挥舞，对抵滩登陆的源氏军队发起挑衅。据传，那须与一愤而回应了这个挑衅，他简短做完祈祷后准备好弓箭，接着策马冲进海中，张弓放箭，正中扇子。那须与一停下来祈祷的地方被视为“祈祷岩”，而“驹立岩”据说就是他勒马射箭之地。还有一种说法，当时那须与一脚踏马镫站起放箭，而所谓“驹立”，就是“站在马上”的意思。

<繁体字>

祈禱岩與駒立岩

西元1185年的屋島之戰，有許多關鍵場景已經成為日本歷史上的傳奇故事，並在屋島地區留下了不少古蹟。源平合戰（1180-1185）是源氏與平家兩大家族勢力之間的大戰，最終以源氏在屋島之戰中獲得決定性勝利而告終，而牟禮則在這場歷史性的戰鬥中扮演著重要角色。牟禮的「祈禱岩」和「駒立岩」都和源氏武將那須與一（約1169-約1232）的逸聞有關。

在屋島之戰中，平家戰船上的一名女官將扇子綁在長杆上搖晃揮舞，挑釁抵灘登陸的源氏軍隊。據傳，那須與一憤而回應了這個挑釁，他在準備好弓箭之前，先作了簡短的祈禱，接著策馬沖進海裡，拉弓放箭，正中扇子。那須與一停下來祈禱的地方被視為「祈禱岩」，他勒馬射箭之地據說就是「駒立岩」。另有一種說法，當時那須與一腳踏馬鐙、站起放箭，而所謂「駒立」，就是「站在馬上」的意思。

<日本語仮訳>

祈り岩と駒立岩

1185年の屋島の戦いにおける重要な出来事は、日本の歴史の中で伝説となっており、屋島周辺にその史跡が残っている。牟礼の町は、平氏と源氏が戦って源氏の決定的な勝利に終わった源平合戦（1180-1185）で重要な役割を果たした。牟礼にある「祈り岩」と「駒立岩」は、いずれも源氏の武将・那須与一（伝 1169-1232）の逸話にまつわるものである。

戦いの最中、平氏の船に乗っていた女官が棒の先につけた扇を振って陸に戻っていた源氏軍を挑発した。それを受け、与一はまず素早く祈りを捧げてから弓を構えたと伝えられている。祈りを捧げたというその場所にあるのが「祈り岩」である。与一はその後馬に乗って水の中に入り、弓を構えて放ったところ、見事に扇子を射抜いた。駒立岩は、その矢を放った場所とされる。駒立は「馬上に立つ」という意味で、与一は鎧の上に立って矢を放ったという説もある。

【タイトル】 五剣山

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**五剣山**

五剣山位于高松市内牟礼和庵治之间。这座高山因它独特的山形而得名——五座山峰，恰如五支宝剑。只是其中一座山峰在 1707 年的一场地震中坍塌，五剣山这才变成了如今的模样。五剣山海拔 375 米，可沿山道步行或搭乘缆车登山，两者的终点都设在大致位于半山腰的八栗寺，从寺庙内能够眺望濑户内海全景。想要观赏五剣山诸峰景致，可以登上屋島山顶。

八栗寺是五剣山上的重要灵场。相传，这座佛教真言宗寺庙是高僧空海（774-835；谥号弘法大师）在公元 829 年创建的。如今，它是大名鼎鼎的“四国灵场八十八所”巡礼第 85 处灵场。八栗寺很有声望，本地居民常常直接将五剣山称为“八栗山”。

产自五剣山的花岗岩石材素有“庵治石”之称，十分名贵。庵治开采庵治石的历史已有数百年之久。这种石材以其坚实耐久和细腻质地而深受雕刻家、建筑师的青睐。

<繁体字>**五劍山**

五劍山位於高松市內牟禮和庵治之間。這座高山因它獨特的山形而得名——五座山峰，恰如五支寶劍。只是其中一座山峰在 1707 年的一場地震中坍塌，五劍山這才變成了如今的模樣。五劍山海拔 375 公尺，可沿山路步行上山或搭乘纜車登山，兩者的終點都是位於半山腰的八栗寺，從寺廟內能夠眺望濑戶內海全景。想要觀賞五劍山諸峰景觀，則需登上屋島山頂。

八栗寺是五劍山上的重要靈場。相傳，這座佛教真言宗寺廟是高僧空海（774-835；諡號弘法大師）在西元 829 年創建的。如今，它是大名鼎鼎的「四國靈場八十八箇所」巡禮第 85 處靈場。八栗寺頗富聲望，當地居民經常直接稱五劍山為「八栗山」。

五劍山的花崗岩石有「庵治石」之稱，十分名貴。庵治開採庵治石的歷史已有數百年之久。這種石材以其堅實耐久和質地細膩而深受雕刻家、建築師的歡迎。

<日本語仮訳>**五剣山**

高松市の牟礼町と庵治町の間位置する五剣山。山名は、「5つの剣」に例えられるその特徴的な峰の形に由来する。1707年の地震で峰の一つが崩れ、現在の姿となった。五剣山の標高は375メートルで、登山道もしくはケーブルカーで登ることができ、どちらも山のほぼ中央にある八栗寺が終点となっている。境内からは瀬戸内海が一望できる。屋島の頂上からも五剣山の峰がよく見える。

五剣山にある主要な霊場が八栗寺である。僧侶・空海（774-835、諡号は弘法大師）が829年に創建したとされるこの真言宗の寺院は、有名な「四国霊場八十八箇所」巡礼の第85番札所である。地元の人々がこの山を「八栗山」と呼ぶほど、この寺はよく知られている。

庵治石と呼ばれる五剣山の花崗岩は非常に珍重されており、庵治では数百年前から切り出されている。その耐久性と繊細な石目から、彫刻家や建築家に人気がある。

【タイトル】 八栗寺

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**八栗寺**

相传，这座佛教真言宗寺庙是高僧空海（774-835；谥号弘法大师）在公元 829 年创建的。与空海关系密切的“四国灵场八十八所”巡礼串联起四国岛上八十八处灵场，这所寺庙正是其中第 85 处。八栗寺大致位于五剑山的半山腰，可以步行登山前往，也可以在牟礼搭乘红白色车厢的八栗缆车抵达。缆车单程只需 4 分钟，沿途有四时山景相伴，春日的樱花与秋天的红叶尤其美丽。

数世纪以来，五剑山一直与宗教行为有关，这在八栗寺的建筑中便可窥见一二。八栗寺本堂（正殿）和大师堂均供奉空海。此外，寺庙还有一个中将坊堂，供奉香川县传说中的“赞岐三大天狗”中的一员。

八栗寺的名字源于八颗烤栗子。传说，当年空海计划前往中国精研佛学，为了占卜吉凶，便亲手在寺庙境内种下了这些烤栗子，孰料它们竟真的发芽抽枝，长成了大树，这才有了寺庙的“八栗”之名。直到今天，本地人还常常直接称五剑山为“八栗山”。

<繁体字>**八栗寺**

相傳，這座佛教真言宗寺廟是高僧空海（774-835；諡號弘法大師）在西元 829 年創建的。與空海關係密切的「四國靈場八十八箇所」巡禮串聯起四國島上八十八處靈場，這所寺廟正是其中第 85 處。八栗寺位於五劍山的半山腰，可以步行登山前往，也可以在牟禮搭乘紅白色車廂的八栗纜車抵達。纜車單程只需 4 分鐘，沿途可以欣賞山上的景觀，如春日的櫻花與秋天的紅葉。

數世紀以來，五劍山一直具有濃厚的宗教色彩，這在八栗寺的建築中便可窺見一二。八栗寺本堂（正殿）和大師堂均供奉空海。此外，寺廟的中將坊堂還供奉香川縣傳說中的「讚岐三大天狗」之一。

八栗寺的名字源於八顆烤栗子。傳說，當年空海計畫前往中國精研佛學，為了占卜吉凶，便親手在寺廟境內種下了這些烤栗子，孰料它們竟真的發芽抽枝，長成了大樹，這才有了寺廟的「八栗」之名。直到今天，當地人還經常直接稱五劍山為「八栗山」。

<日本語仮訳>

八栗寺

八栗寺は、829年に僧侶・空海（774-835、諡号は弘法大師）が創建したとされる真言宗の寺院である。空海ゆかりの88の寺院を巡る「四国霊場八十八箇所」巡礼の第85番札所として知られている。五剣山のほぼ中腹に位置し、徒歩または牟礼町から八栗ケーブルの赤と白のケーブルカーでたったの4分で行くことができる。ケーブルカーからは、春は桜、秋は紅葉など山の木々や風景が楽しめる。

五剣山は何世紀にもわたって宗教的な行為と結びついており、八栗寺の建物にもそれが反映されている。空海を祀った本堂や大師堂のほか、香川県の伝説的な讃岐三大天狗の一人を祀った中将坊堂がある。

寺の名前は、空海が境内に埋めたとされる8つの焼き栗に由来する。空海がより深い仏教の教えを求めて中国へ渡る前に占いとして植えた8つの栗が芽を出し、木になったことから「八栗」と呼ばれるようになった。今でも地元では五剣山を「八栗山」と呼ぶことが多い。

【タイトル】 庵治

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**庵治**

庵治被濑户内海三面环绕，以出产高品质的五剑山花岗岩“庵治石”而闻名。与相邻的牟礼一样，庵治也是日本最重要的花岗岩产区之一。两地的庵治石产业都十分发达，现在共有约 200 位石匠和石材经销商在营业。

庵治石长久以来就倍受艺术家和设计师青睐，其中包括著名雕刻家、景观设计大师野口勇(1904-1988)。位于牟礼町的高松市岩石民俗资料馆中展出使用庵治石以及世界各地各类石材制作的雕刻。全球著名雕刻家流政之(1923-2018)曾在庵治拥有一间工作室和住所，同样使用庵治石进行创作。这些地方如今作为 NAGARE STUDIO 流政之美术馆面向公众开放。

庵治有几处鲜为人知的海滨浴场，其中，“江之滨”海水浴场以庵治石风化后形成的白沙滩而闻名。五剑山也是知名的徒步胜地，对于前来参拜八栗寺的巡礼者来说尤为如此，因为八栗寺正是大名鼎鼎的“四国灵场八十八所”巡礼第 85 处灵场。庵治位于五剑山北侧，自 2006 年起归入高松市管辖。

<繁体字>**庵治**

庵治被濑户内海三面环绕，以出产高品质的五剑山花岗岩「庵治石」而闻名。与相邻的牟礼一样，庵治也是日本最重要的花岗岩产区之一。两地的庵治石产业都非常发达，现在共有约 200 位石匠和石材经销商在此营业。

庵治石长久以来就倍受艺术家和设计师青睐，其中包括著名雕刻家、景观设计大师野口勇（1904-1988）。位于牟礼町的高松市岩石民俗资料馆中，展出使用庵治石以及世界各地各类石材制作的雕刻。全球著名雕刻家流政之（1923-2018）曾在庵治拥有一间工作室和住所，同样使用庵治石进行创作。这些私人空间如今作为 NAGARE STUDIO 美术馆对一般民众开放。

庵治有几处鲜为人知的海水浴场，其中，「江之滨」海水浴场以庵治石风化后形成的白沙滩而闻名。五剑山也是知名的健行胜地，对于前来参拜八栗寺的巡礼者来说尤为如此，因为八栗寺正是大名鼎鼎的「四国灵场八十八箇所」巡礼第 85 处灵场。庵治位于五剑山北侧，自 2006 年起归入高松市管辖。

<日本語仮訳>

庵治

三方を瀬戸内海に囲まれた庵治町は、五剣山から切り出される高品質の花崗岩である庵治石で知られる。隣接する牟礼町とともに、庵治町は日本有数の花崗岩の産地のひとつとされている。現在も両地域は庵治石産業が盛んで、約 200 の石工や石材店が商売をしている。

また、庵治石は以前から、有名な彫刻家で景観設計家のイサム・ノグチ（1904-1988）などの芸術家やデザイナーに人気がある。牟礼町の高松市石の民俗資料館では、庵治石をはじめ世界中の石材を使った彫刻が展示されている。世界的な彫刻家である流政之（1923-2018）は庵治にアトリエと住居を構え、庵治石を使った作品を制作していた。現在、これらのスペースは NAGARE STUDIO 流政之美術館として公開されている。

庵治町には、庵治の花崗岩が浸食されてできた白い砂で知られる江の浜海水浴場など、知る人ぞ知るビーチがいくつかある。五剣山はハイキングコースでも知られ、有名な「四国霊場八十八箇所」巡礼の第 85 番札所である八栗寺を訪れる巡礼者に特に人気がある。庵治町は五剣山の北側に位置し、2006 年から高松市の一部となっている。

【タイトル】 庵治石

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**庵治石**

庵治是日本最重要的花岗岩产区之一。庵治出产的花岗岩不仅以“庵治石”之名著称，还拥有“钻石花岗岩”的美誉，在大众心目中，庵治石是日本最昂贵的石材。这种天然石材的主要成分为石英和长石，呈现出白色，只是由于含有少量黑云母而形成了独特的斑点纹路。

庵治石以其细腻的质地和出色的耐久性而成为了理想的建筑、户外雕塑及其它装饰材料，在艺术家和石匠中备受推崇。庵治石的硬度与石英相当，雕刻精度远远胜过其他花岗岩石材。为便于就近取材，世界知名的艺术家野口勇(1904-1988)与流政之(1923-2018)都曾将工作室设在庵治或相邻的牟礼。如今，在庵治和牟礼共有约 200 位石匠和石材经销商在营业。

庵治石出自位于庵治和牟礼之间的五剑山，此山也是目前世界上唯一的庵治石产地。

<繁体字>**庵治石**

庵治是日本最重要的花岗岩產區之一。庵治出產的花崗岩不僅以「庵治石」之名著稱，還擁有「鑽石花崗岩」的美譽，在大眾心目中，庵治石是日本最昂貴的石材。這種天然石材的主要成分為石英和長石，呈現出白色，但由於含有少量黑雲母，故而形成了獨特的斑點紋路。

庵治石以其細膩的質地和出色的耐久性而成為了理想的建築、戶外雕塑及其它裝飾的材料，在藝術家和石匠中備受推崇。庵治石的硬度與石英相當，並且與其他花崗岩石材相比，雕刻精確度的體現更為出色。為便於就近取材，世界知名的藝術家野口勇（1904-1988）與流政之（1923-2018）都曾將工作室設在庵治或相鄰的牟禮。如今，在庵治和牟禮共有約 200 位石匠和石材經銷商在此營業。

庵治石出自位於庵治和牟禮之間的五劍山，此山也是目前世界上唯一的庵治石產地。

<日本語仮訳>**庵治石**

庵治町は日本有数の花崗岩の産地のひとつとして知られている。庵治産の花崗岩「庵治石」は、別名「花崗岩のダイヤモンド」とも称されており、日本一高価な石と言われている。石英と長石を主成分とする天然の白石だが、少量の黒雲母が混じっているため、独特の斑点が見られるのが特徴である。

庵治石は、石目が細かく耐久性に優れているため、建築物や屋外彫刻などの装飾品に最適な素材として芸術家や石工の間で珍重されている。庵治石は石英に匹敵する硬さを持ち、他の花崗岩に比べて彫刻の精度が高いことで知られている。イサム・ノグチ（1904-1988）や流政之（1923-2018）などの国際的に著名な芸術家たちは、庵治石を手に入れやすいよう庵治や隣町の牟礼にアトリエを構えていた。庵治町と牟礼町には、現在も約 200 の石工や石材商が商売をしている。

庵治石は、庵治と牟礼の間にある五剣山から採石される。この山は世界で唯一の庵治石の産地として知られている。

解説文一覧

NO.	スポット名 (タイトル)	中国語文字数	想定媒体
014-001	屋久島の生い立ち	1460	パンフ
014-002	屋久島と鬼界カルデラ	1055	パンフ
014-003	屋久島の気候	1250	パンフ
014-004	黒潮	1085	パンフ
014-005	漁業	905	パンフ
014-006	ウミガメの産卵	1290	パンフ
014-007	漁業：歴史と文化	1160	パンフ
014-008	亜熱帯植物	1310	パンフ
014-009	屋久島の農業	855	パンフ
014-010	薬草	380	パンフ
014-011	屋久島の樹林	1285	パンフ
014-012	屋久杉の生態	1050	パンフ
014-013	屋久島の動物	1130	パンフ
014-014	屋久杉工芸	930	パンフ
014-015	豊臣秀吉と屋久杉	965	パンフ
014-016	屋久杉伐採のはじまり	1195	パンフ
014-017	岳参り	1145	パンフ
014-018	山に伝わる神話	815	パンフ
014-019	博物館	1250	パンフ
014-020	口永良部島	945	パンフ
014-021	新岳および古岳	645	WEB
014-022	金峯神社	790	WEB
014-023	花尾神社	225	WEB
014-024	権現神社	395	WEB
014-025	カナ女の伝説	425	WEB
014-026	湯向の牧場	435	WEB
014-027	松田新四郎の碑	300	WEB
014-028	口永良部島の石垣	235	WEB

【タイトル】 屋久島の生い立ち

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

屋久島の成長史

屋久島，位于日本本土四島中最南端的九州島以南大约 60 公里处。在这座周长仅 132 公里的小岛上，矗立着九州地区的最高峰——宫之浦岳（1936 米），以及 46 座超过 1000 米的山峰，因而获得了“海上阿尔卑斯”的美称。从亚热带气候的海滨到亚寒带气候的峰顶，屋久岛拥有跨度宽广且多样的气候带和植被带。而仅仅 18 公里外的种子岛地势就平坦得多，最高点只有 282 米，与屋久岛形成了鲜明的对比。

造成两座岛之间如此显著差异的原因在于，屋久岛深受岩浆活动的影响，种子岛则影响甚微。屋久岛的深层岩体是地下岩浆缓慢冷却后凝固形成的大块花岗岩，也称火成岩，它们将沉积层向上推起，造就了岛上林立的高峰。

早期形态

大约 4000 万年前，屋久岛和种子岛都在海面之下。来自亚洲大陆的沉积物堆积在海底，经过长时间挤压，形成了泥沙沉积物的地层，被称作“日向层群”。

岩浆活动

大约 1550 万年前，地表以下 10 余公里深处的岩浆活动使花岗岩浆侵入日向层群的断层之间，并在沉积层汇聚成岩浆池。岩浆凝固后形成花岗岩，每 1000 年上升大约 1 米，缓慢地将屋久岛的沉积基岩向上抬起。尽管花岗岩不断隆升，但由于种子岛主要由砂岩和页岩构成，所以几乎不受影响。

和火山喷发喷出的熔岩状岩浆不同，花岗岩是岩浆在地表深处缓慢冷却形成的。屋久岛上并没有活火山，这里的花岗岩由 6~15 厘米长的白钾长石巨型晶体组成，在全球也极为罕见。由于富含石英、长石等无色矿物，花岗岩整体呈白色。

近期形态

漫长岁月中，屋久岛表面的日向层群被风化和侵蚀，暴露出构成屋久岛约 90% 的山脉和岩层的花岗岩。砂岩和页岩与屋久岛花岗岩在超过 700°C 的温度下接触，生成了角页岩，这种岩石在岛上大部分地区都有发现。

花岗岩巨石

屋久島的大部分都由**花崗岩**構成，尤其是中部山區。**歷經侵蝕和風化**，這些花崗岩山峰和巨石被**雕琢**得形同**藝術品**或其他物品，**頗具觀賞性**。比如高盤岳山頂的“豆腐岩”就因外形酷似**一塊豆腐**而得名。以下景區也都是由**岩漿活動**和**板塊構造運動**打造的各种自然形态。

千尋瀑布

千尋瀑布与大川瀑布、蛇之口瀑布并称屋久島三大瀑布。鯛川河水从**60米高处**飞泻而下，在一块花崗岩巨石上**凿出 V 形深谷**。据说这块巨石宽千寻（“寻”为古代长度计量单位），需**1000 人手**拉手方可环抱。根据测量，巨石高**200 米**，宽**400 米**。附近设有观景台，可以在上面欣赏瀑布。

交通：从距离最近的鯛川公交车站步行约需**60 分钟**；驾车从安房港出发约**25 分钟**，从宫之浦港出发约**55 分钟**，从屋久島机场出发约**35 分钟**。

枕状熔岩

田代海岸的枕状熔岩是屋久島国立公园的一部分，因为露出地表的熔岩酷似**枕头**而得名。这些突出的岩石使得此地海岸面貌与众不同。大约**4000 万年前**，海底一座火山喷发，喷出的熔岩凝固形成**枕头形状**，随着太平洋板块的运动，这些枕形熔岩最终从太平洋被推送到屋久島海岸，融入了日向层群。

交通：从距离最近的桑野公交车站步行约需**10 分钟**；驾车从安房港出发约**10 分钟**，从宫之浦港出发约**25 分钟**，从屋久島机场出发约**10 分钟**。

汤泊温泉

在汤泊海岸的汤泊温泉，可以看到日向层群中砂岩层和页岩层交错的清晰结构。目前尚不清楚这个温泉的水是地下水渗入地层断层深处，受地热加热后涌出，还是被花崗岩内部的余温加热而成。露天温泉全天候开放，悠闲泡汤的同时还能欣赏太平洋落日余晖。建议捐**200 日元**当作浴资。

交通：宫之浦港有开往汤泊温泉的公交巴士，车程约**90 分钟**；驾车从安房港出发约**30 分钟**，从宫之浦港出发约**60 分钟**，从屋久島机场出发约**40 分钟**。

<繁体字>

屋久島的地質變遷史

屋久島位於日本四個主要島嶼中最南端的九州以南大約**60 公里**處。在這座周長僅**132 公里**的小島上，擁有著九州地區的最高峰——海拔**1936 公尺**的宮之浦岳，以及**46 座**超過海拔**1000 公尺**的山峰，因而被譽為「海上的阿爾卑斯」。從亞熱帶氣候的海岸到亞寒帶氣候的峰頂，屋久島擁有跨度寬廣且多樣的氣候帶和植被帶。相比之下，在距離**18 公里**外的種子島地勢就平坦得多，島上最高點只有**282 公尺**。

造成兩座島之間如此顯著差異在於，屋久島深受岩漿活動的影響，而該地質活動對種子島則影響甚微。屋久島的深層岩體是地下岩漿緩慢冷卻後，凝固形成的大塊花崗岩，也稱火成岩，它們將沉積層向上推高，形成了島上的高峰。

早期形態

大約 4000 萬年前，屋久島和種子島都還在海面之下。來自亞洲大陸的沉積物堆積在海底，經過長時間擠壓，形成了泥沙沉積物的地層，被稱作「日向層群」。

岩漿活動

大約 1550 萬年前，地表下約 10 多公里深處的岩漿活動，使花崗岩岩漿侵入「日向層群」的斷層之間，並在沉積層匯聚成岩漿池。岩漿凝固後變成花崗岩，每 1000 年上升大約 1 公尺，緩慢地將屋久島的沉積基岩向上抬起。儘管花崗岩不斷隆升，但由於種子島主要由砂岩和頁岩構成，因此幾乎不受影響。

花崗岩與火山噴發噴出的熔岩狀岩漿不同，是由岩漿在地表深處緩慢冷卻形成的。事實上屋久島上並沒有活火山。屋久島上的花崗岩是世上極為稀有的花崗岩之一，它們是由 6 到 15 公分長的白鉀長石巨型晶體組成，由於富含石英、長石等無色礦物，整體呈白色。

近期形態

屋久島地層表面的日向層群經過長期風化和侵蝕，暴露出構成約佔屋久島 90% 的山脈和岩層的花崗岩。砂岩和頁岩與屋久島花崗岩在超過 700°C 的溫度下接觸，生成了角頁岩，在島上大部分地區都有發現該岩石的蹤跡。

花崗岩巨石

屋久島本島大部分地區由花崗岩構成，尤其是中部山區。歷經侵蝕和風化，這些花崗岩山峰和巨石被雕鑿得如同藝術品或其他物品，頗具觀賞性。例如高盤岳山頂的「豆腐岩」，因外形酷似豆腐而得名。以下的景區也都是因岩漿活動和板塊構造運動所形成的各種自然形態。

千尋瀑布

千尋瀑布與大川瀑布、蛇之口瀑布合稱為屋久島三大瀑布。鯛川河水從 60 公尺高處飛瀉而下，在花崗岩巨石上鑿出 V 字形深谷。據說這塊巨石寬千尋（「尋」為古代長度計量單位），需 1000 人手拉手方可環抱。根據測量，巨石高 200 公尺，寬 400 公尺。附近設有觀景台，可以在上面欣賞瀑布。

交通：從距離最近的鯛川公車站步行約需 60 分鐘；開車從安房港出發約 25 分鐘，從宮之浦港出發約 55 分鐘，從屋久島機場出發約 35 分鐘。

枕狀熔岩

田代海岸的枕狀熔岩是屋久島國立公園的一部分，因露出地表的熔岩形狀酷似枕頭而得名。這些露出的岩石使得此地海岸具有獨特的外觀。大約 4000 萬年前，海底火山噴發，

所噴出的熔岩凝固形成枕頭形狀，隨著太平洋板塊的運動，這些枕形熔岩最終從太平洋被推送到屋久島海岸，成為日向層群的一部分。

交通：從距離最近的桑野公車站步行約需 10 分鐘；開車從安房港出發約 10 分鐘，從宮之浦港出發約 25 分鐘，從屋久島機場出發約 10 分鐘。

湯泊溫泉

在湯泊海岸的湯泊溫泉，可以看到日向層群中砂岩層和頁岩層交錯的清晰結構。目前尚不清楚該溫泉的水是否由地下水滲入地層斷層深處而受地熱加熱後湧出，或是被花崗岩岩內部的餘溫加熱而成。露天溫泉 24 小時開放，在悠閒泡湯的同時還能欣賞太平洋落日餘暉。建議捐獻 200 日圓作為泡湯的費用。

交通：宮之浦港有開往湯泊溫泉的公車，車程約 90 分鐘；開車從安房港出發約 30 分鐘，從宮之浦港出發約 60 分鐘，從屋久島機場出發約 40 分鐘。

<日本語仮訳>

屋久島の生い立ち

屋久島は、日本の主要 4 島のうちで最南端の九州から南に約 60 キロのところにあります。外周わずか 132 キロメートルであるにもかかわらず、この島には九州最高峰であるの宮之浦岳（1,936m）と、46 の 1,000 メートルを超える峰々があるため、「洋上のアルプス」の異名を持っています。屋久島には沿岸部の亜熱帯から山頂部の亜寒帯まで、様々な気候と植生が存在しています。対照的に、わずか 18 キロメートル離れた場所にある種子島は大部分が平坦で、その最高地点の標高はわずか 282 メートルです。

この 2 つの島の著しい違いは、屋久島に影響を及ぼした一方で、種子島にはほとんど影響を及ぼさなかったマグマ活動の結果生まれました。屋久島では、地下のマグマはゆっくりと冷えて固まり、プルトンと呼ばれる大きな花崗岩の塊になったのです。これらが堆積層を押し上げ、この島の高い峰々を形作りました。

初期形成

約 4,000 万年前、屋久島と種子島はどちらも海に覆われていました。アジア大陸から流れ込んだ土砂は海底に蓄積し、長い時間をかけて圧縮され、「日向層群」として知られる砂と泥の堆積物の地層を形成しました。

マグマ活動

約 1,550 万年前、地下 10 キロメートル以深のマグマ活動により、花崗岩質マグマが日向層群内の断層に貫入し、マグマだまりを形成しました。このマグマは固まって花崗岩となり、屋久島の堆積基盤岩を押し上げながら、1,000 年毎に 1 メートル上昇しました。この花崗岩の貫入は上昇を続けていますが、主に砂岩と頁岩から成る種子島はほとんど影響を受けないままです。

溶岩という形で火山から噴出するマグマと異なり、花崗岩は地下深いところでゆっくりと冷えたマグマ

です。実際、屋久島には活火山が存在しません。屋久島花崗岩は、6～15cm もある白いカリ長石の巨大な結晶を含んでいることが大きな特徴で、世界的にも珍しい花崗岩です。無色鉱物の石英や長石が多いため全体的に白色をしています。

近年の形成

長い年月を経て日向層群は風化し、浸食され、屋久島の約 90 パーセントを占める山々や岩石層を構成する花崗岩を露出させました。700°C を超える温度の屋久島花崗岩と接触した砂岩および頁岩は変成し、島の至る所で多く見られるホルンフェルスと呼ばれる岩石になりました。

花崗岩の一枚岩

屋久島の大半、特に中央部の山岳エリアは花崗岩で構成されています。浸食と風化が花崗岩の山頂や一枚岩の形を芸術作品などにも似た姿へと変化させました。例えば高盤岳の頂上にある「豆腐岩」は、切った豆腐の塊のようであることからその名が付けました。以下は、マグマ活動と地殻運動によって形成された他の地層の例です。

千尋の滝

千尋の滝は、大川の滝、蛇之口滝に並び屋久島最大級の滝の一つで、鯛ノ川が花崗岩の巨礫を削ってその道筋を作った V 字谷へと、60 メートルの高さを落ちて行きます。この一枚岩は高さ 200 メートル、幅 400 メートルあり、千尋（「尋」は古代の長さの単位）、すなわち 1,000 人の人々が手をつないだくらいの幅があると言われています。この滝は展望台から眺めることが可能です。

行き方：最寄りの鯛ノ川バス停から徒歩約 60 分。車で安房港から約 25 分、宮之浦港から約 55 分、または屋久島空港から約 35 分

枕状溶岩

田代海岸にある溶岩原は屋久島国立公園の一部で、その溶岩露頭が枕に似ていることから「枕状溶岩」と呼ばれています。海岸の珍しい景観はこの溶岩露頭によってもたらされたものです。およそ 4,000 万年前に、ひとつの海底火山が噴火し、噴出された溶岩がこうした形状に固まりました。太平洋プレートの移動がこの溶岩を最終的に太平洋から屋久島の海岸へと運び、日向層群に付加しました。

行き方：最寄りの桑野バス停から徒歩約 10 分。車で安房港から約 10 分、宮之浦港から約 25 分、または屋久島空港から約 10 分

湯泊温泉

湯泊海岸にある湯泊温泉では、日向層群を構成する砂岩と頁岩の交互に積み重なった層を見ることができます。この温泉の水が、地下水が断層に沿って地中深くまで入り、地熱によって温められて循環しているのか、あるいは花崗岩深部の余熱によって温められているのかは、現在のところ分かっていません。この温泉は 24 時間入浴可能な露天風呂で、夕日を見ながらの入浴ができます。入浴客に提案されている寄付金の目安は 200 円です。

行き方：宮之浦港からバスで約 90 分。車で安房港から約 30 分、宮之浦港から約 60 分、または屋久島空港から約 40 分

【タイトル】 屋久島と鬼界カルデラ

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

屋久島和鬼界破火山口*

在 95,000 年前和 7300 年前，屋久島附近（现已沉入海底）的“鬼界火山”曾经发生了两次大喷发。这两次巨大的天灾发生在屋久島西北约 40 公里处，其破坏力导致整个屋久島、种子島以及鹿儿島南部地区人口灭绝，并彻底改变了屋久島的生态系统。

日本万年一遇的火山大喷发

95,000 年前的火山喷发释放出的火山碎屑流主要由火山灰和浮石构成，当时屋久島上火山灰堆积厚度达 1 米左右。之后在 7300 年前，鬼界火山发生了日本 1 万年以来最大的一次喷发，被称为“阿卡霍亚大爆发”。起初只是几次小规模浮石喷发，随之而来的便是一次超级巨大的喷发，共喷出了大约 150 立方公里的流纹岩岩浆，相当于 1815 年印度尼西亚坦博拉火山(Mt. Tambora)喷发量的三倍。巨大的烟柱直冲大气平流层，火山碎屑流横扫方圆 100 公里。火山碎屑流以 100 多公里的时速跨海而来，滚烫的浮石和火山灰覆盖了种子島、屋久島和如今九州鹿儿島县南部一带。火山灰随风飘散到 1000 公里之外，日本群岛大部分地区都被波及。

火山物质不仅留存在屋久島的平原地带，连岛上最高峰宫之浦岳（1936 米）峰顶附近也有发现，这说明火山碎屑流的爬升高度至少在海拔 2000 米以上。大喷发导致九州南部绳文时代（公元前 10,000 年—公元前 300 年）的人口和文化灭绝，并对当地的动植物也产生了显著的影响。屋久島上原本的茂密森林完全消失，在此后大约 500 年间一片荒芜。

碎屑流毁灭了地面上的动物种群，但许多栖息于地下的动物却幸存了下来，它们大多都呈现出屋久島独有的特征。从島上的碎屑流中没能找到烧毁或碳化的树木，不过在鹿儿島南部却有发现，而那里离火山口的距离与屋久島大致相同，这说明島上的森林很可能也是以同样的方式被焚毁的。人们推测，当时碎屑流并没有波及到屋久島的南部，所以那里的部分动植物得以幸免，后来慢慢地把栖息地扩大到整个岛屿。

鬼界破火山口现状

屋久島上来自鬼界破火山口的喷发物上早已长满杂草和苔藓，但在屋久島的白谷云水峡、宫之浦岳山脚下的城镇等地仍可见到。在一些被掘开表层土壤的建筑工地，以及安房林道（安房和屋久杉森林乐园之间）旁的屋久杉自然馆附近，也能看到具有代表性的橘色火山灰。

海底的鬼界破火山口如今依然是**热源**。在阿卡霍亚大爆发后形成的熔岩穹丘内，仍有一股**热液羽状流**向上涌出。一些研究者认为，**热流**意味着地下的岩浆仍在聚集。

※破火山口：位于火山体中央，其**规模远远**大于普通火山口。因**喷发**、**侵蚀**造成火山口**扩张**，或因火山自身**塌陷**形成，其中以**大爆发碎屑流**造成的陷落型最为多见。

<繁体字>

屋久島和鬼界火山白*

在距今 95,000 年前和 7300 年前，屋久島附近（現已沈入海底）的「鬼界火山」曾經發生了兩次大噴發。這兩次巨大的天災，發生在屋久島西北約 40 公里處，其破壞力導致整個屋久島、種子島以及鹿兒島南部地區人口滅絕，並徹底改變了屋久島的生態系統。

日本萬年以來最大噴發

95,000 年前的大噴發釋放出的火山碎屑流主要由火山灰和浮石構成，當時屋久島上火山灰堆積厚度達 1 公尺左右。之後，在距今 7300 年前，鬼界火山發生了日本 1 萬年以來最大的一次噴發，被稱為「阿卡霍亞大噴發」。最初只是幾次小規模的浮石噴發，隨後便是一次超級巨大的噴發，共噴出了大約 150 立方公里的流紋岩岩漿，相當於 1815 年印尼坦博拉火山（Mt. Tambora）噴發量的三倍。巨大的煙柱直沖大氣平流層，火山碎屑流橫掃方圓 100 公里。火山碎屑流以時速 100 多公里的速度跨海而來，挾帶的滾燙浮石和火山灰覆蓋了種子島、屋久島和現今九州鹿兒島縣南部一帶。火山灰隨風飄散到 1000 公里之外，日本群島大部分都被波及。

火山物質不僅留存在屋久島的平原地帶，在島上最高峰宮之浦岳（1936 公尺）峰頂附近也有發現，這說明火山碎屑流的上升高度至少在海拔 2000 公尺以上。大噴發導致九州南部繩文時代（西元前 10,000 年-西元前 300 年）的人口和文化滅絕，並對當地的動植物也產生了顯著的影響。屋久島上原本的茂密森林完全消失，在此後大約 500 年間一片荒蕪。

碎屑流扼殺了地面上的物種，但許多棲息於地下的動物倖存了下來，它們大多都呈現出屋久島獨有的特徵。從島上的碎屑流中沒能找到燒毀或碳化的樹木，不過在鹿兒島南部卻有發現，那裡離火山口的距離與屋久島大致相同，這說明島上的森林很可能也是以同樣的方式被焚毀的。人們推測，當時碎屑流沒有波及到屋久島的南部，所以那裡的部分動植物得以倖免，後來慢慢地把棲息地擴大到整個島嶼。

鬼界火山白現狀

屋久島上來自鬼界火山白的噴發物上早已長滿雜草和苔蘚，但在屋久島的白谷雲水峽、宮之浦岳山腳下的城鎮等地方仍可見到。在一些被掘開表層土壤的建築工地，以及安房林道（安房和屋久杉森林樂園之間）旁的屋久杉自然館附近，也能看到具有代表性的橘色火山灰。

鬼界火山臼如今依然是熱源。在阿卡霍亞大噴發後形成的熔岩穹丘內，仍有一股熱液羽狀流在升起。研究者認為，熱流可能是岩漿積聚的跡象。

※火山臼：位於火山體中央，其規模遠遠大於普通火山口。因噴發、侵蝕造成火山口擴張，或因火山自身塌陷形成，其中以大噴發碎屑流造成的陷落型火山臼最常見。

<日本語仮訳>

屋久島と鬼界カルデラ*

屋久島は水没した鬼界カルデラの大噴火を 95,000 年前と 7,300 年前に経験しています。この島の北西約 40 キロメートルで発生したこれらの壊滅的な出来事は、屋久島、種子島、および鹿児島南部の人口を全滅させ、屋久島の生態系を作り変えるほどの規模でした。

1 万年で日本最大の噴火

95,000 年前の噴火は主に火山灰や軽石から成る火砕流を噴出し、屋久島を深さ約 1 メートルの灰の層で覆いました。その後、7,300 年前に鬼界カルデラは、過去 1 万年の間で日本最大の噴火を引き起こしました。「アカホヤ噴火」として知られるこの噴火は、軽石堆積物を飛散させるという小さな出来事に始まり、後に 1 回の大規模な噴火が続きました。この噴火は約 150 立方キロメートルの流紋岩質マグマを放出しました。これは 1815 年のインドネシア・タンボラ山噴火の 3 倍の量です。巨大な噴煙は成層圏までもうもうと立ち上り、半径約 100 キロメートルに広がる火砕流を発生させました。その流れは時速 100 キロメートルを超える速さで海を渡り、種子島や屋久島はもちろん、今日の九州鹿児島県の南半分にも熱い軽石と灰を降らせました。また、風が日本列島の大半に灰を運び、その距離は 1,000 キロメートル以上もありました。

火山物質は屋久島の平野部だけでなく、最高峰の宮之浦岳（1,936m）の山頂付近でも発見されており、火砕流が海拔 2,000 メートルを超える高さまで上昇したことを示しています。その流れは九州南部の縄文時代（紀元前 1 万～300 年）の人々と文化を壊滅させ、その動植物に大きな影響を与えました。屋久島に生育していた豊かな森はこの流れにより破壊され、その土地は約 500 年にわたって荒地のままでした。

火砕流は地上に住む動物相を壊滅させた一方で、地下で生息する動物の生存率は高かったようです。生き残った多くの種属は屋久島固有の特徴を持っています。焼け焦げた、もしくは炭化した木々の残骸はこの流れの中には見つかっていませんが、ほぼ同じくらい離れた鹿児島南部では見つかっており、これらの森が同じように焼かれたであろうことを示唆しています。しかしこの流れは屋久島南部には到達しなかったため、一部の動植物は南部で生き延びることができ、後に島全体に広がったと考えられています。

現在の鬼界カルデラ

屋久島の鬼界カルデラ由来の火山物質は雑草や苔の茂みに覆われていますが、白谷雲水峡や宮之浦岳のふもとの町などで観察することができます。その特徴的なオレンジ色の灰はまた、表土層が取

り除かれた一部の工事現場や、安房林道（安房からヤクスギランドに向かう道）沿いの屋久杉自然館付近でも観察することが可能です。

海底の鬼界カルデラは今でもホットスポットです。アカホヤ噴火後に形成された溶岩ドームからは熱水プルームが立ち昇り続けており、研究者らはこのプルームがマグマ蓄積の兆候かもしれないと示唆しています。

※カルデラ：火山体の中央部にあつて、火口よりはるかに大きいくぼみのこと。爆発によるもの、浸食によって火口が広がったもの、火山体の一部が陥没してできたものなどがある。特に火砕流の発生を伴う大噴火のあとにできた陥没カルデラが多い。

【タイトル】 屋久島の気候

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

屋久島の気候

屋久島有句关于其气候的名言：“1 个月下 35 天雨”。这句话出自日本著名女性小说家林芙美子的《浮云》。受地形和黑潮的影响，屋久岛是日本降雨量最多的地方。雨水孕育了岛上青翠的森林、奔腾的河流和飞泻的瀑布。

日本降雨量最多之地

高山给屋久岛腹地带来了丰沛的降水。屋久岛位于黑潮流经的路线上，黑潮将温暖的海水从菲律宾往北输送至日本。温暖的水蒸气从海面上升，遭遇屋久岛的山峰，其中有些山峰高逾 1800 米。水蒸气一边升腾一边冷却，凝结成云，带来降水。2017 年海滨城镇永田所记录的年平均降雨量为 1377 毫米，而岛屿中部的小杉谷和宫之浦岳至少是它的两倍有余，分别达到了 5693 毫米和 6960 毫米。

由于受到来自东南方向温暖的低气压前线和台风的影响，屋久岛东部的降雨量要大于南部和西部。每年 7~10 月，太平洋上台风形成最为频繁，而屋久岛就处于台风路线的拐点上。此外，因受东亚雨季的影响，屋久岛年降雨量的半数集中在 5 月至 8 月期间。

白谷云水峡

白谷云水峡丰沛的雨水和高湿度，给许多种苔藓提供了理想的生长环境。峡谷的徒步线路在雾霭迷蒙、青苔覆盖的原始森林中穿行，据说这里就是吉卜力工作室出品的动画电影《幽灵公主》中场景的灵感来源。日本共有约 1700 种苔藓，其中大约 690 种在屋久岛潮湿的气候中恣意生长。一场雨后，善于吸水的苔藓立刻焕发生机，将峡谷变成一幅浓淡相间的绿色画卷。泥炭藓的细胞可以吸收相当于自身重量 16~26 倍的水分，如果过于干燥就会变为白色。在高海拔地区，蔓藓科苔藓长长地垂挂在树枝上，如同一道道帘幕。白谷川用清澈的山泉滋养着这片峡谷。

白谷云水峡有 3 条经典徒步路线：弥生杉路线（约 1 小时）、奉行杉路线（约 3 小时）、太鼓岩往返路线（约 4 小时）。若想尽情享受白谷云水峡美景，太鼓岩往返一辻之岩屋—奉行杉路线（约 5 小时）则是一条特别推荐的观景长线。

交通：从距离最近的白谷云水峡公交车站步行约需 15 分钟；驾车从安房港出发约 45 分钟，从宫之浦港出发约 25 分钟，从屋久岛机场出发约 35 分钟。

大川瀑布

大川瀑布是屋久岛最大的瀑布，落差达 88 米，名列“日本瀑布百选”。暴雨过后，瀑布气势更为磅礴。附近的大川泉被评选为“名水百选”之一，据说饮用此泉有益健康。

交通：从距离最近的大川瀑布公交车站步行约需 5 分钟；驾车从安房港出发约 55 分钟，从宫之浦港出发约 70 分钟，从屋久岛机场出发约 65 分钟。

水力发电

屋久岛丰富的水资源被用来发电。私营企业屋久岛电工运营着 3 家水力发电厂，同为私营企业的九州电力旗下也有 1 家。岛上所有电力几乎都来自水力发电。屋久岛电工还拥有 1 家火力发电厂，只在紧急情况或是水电厂维修期间使用。

从亚热带气候到寒冷气候

屋久岛变化多样的地形孕育出一系列相应的气候环境，从海岸的亚热带气候到山区的亚寒带气候，类型丰富。海岸地区即使在冬季气候也比较温和，但海拔 2000 米左右的奥岳山脉终年寒冷，积雪甚至厚达 3~6 米。不同海拔生长着不同的植被，岛上的生态系统共有约 1900 种植物。在同一个冬日，可能山区雪花飘飘，海边却木槿盛开。

<繁体字>

屋久島的氣候

屋久島有句關於其氣候的名言：「1 個月下 35 天雨」。這句話出自日本著名女性小說家林芙美子的《浮雲》。受地形和黑潮的影響，屋久島是日本降雨量最多的地方。豐沛的雨水孕育了島上青翠的森林、奔騰的河流和飛瀉的瀑布。

日本降雨量最多之地

高山給屋久島腹地帶來了豐沛的降水。屋久島位於黑潮流經的路線上，黑潮將溫暖的海水從菲律賓往北輸送至日本。溫暖的水蒸氣從海面上升，觸及屋久島的山峰（其中有些山峰海拔逾 1800 公尺），水蒸氣一邊升騰一邊冷卻，凝結成雲並導致降雨。2017 年海濱城鎮永田所記錄的年平均降雨量為 1377 毫米，而島嶼中部的小杉谷和宮之浦岳，則分別達到了 5693 毫米和 6960 毫米，是永田的兩倍以上。

由於受到來自東南方溫暖的低氣壓和颱風的影響，屋久島東部的降雨量要大於南部和西部。每年 7~10 月，是太平洋上颱風形成最為頻繁的時期，而屋久島就位於颱風路線上。此外，5~8 月間的東亞雨季為屋久島帶來約一半的年降雨量。

白谷雲水峽

白谷雲水峽豐沛的雨水和高濕度，提供了苔蘚理想的生長環境。峽谷的健行路線在霧靄迷濛、青苔覆蓋的原始森林中穿行，據說這裡就是吉卜力工作室發行的動畫電影《魔法公主》場景的靈感來源。在日本本土約 1700 種苔蘚中，大約有 690 種在屋久島潮濕的氣候中恣意生長。一場雨後，擅於吸水的苔蘚立刻煥發生機，營造出深淺不一的綠色景觀。泥

炭蘚的細胞可以吸收相當於 16~26 倍自身重量的水分；過於乾燥時則變為白色。在高海拔地區，蔓蘚科苔蘚長長地垂掛在樹枝上，如同道道簾幕。白谷川用清澈的山泉滋養著這片峽谷。

白谷雲水峽有 3 條常見的健行路線：彌生杉路線（耗時約 1 小時）、奉行杉路線（耗時約 3 小時）、太鼓岩往返路線（耗時約 4 小時）。若想盡情享受白谷雲水峽美景，則推薦太鼓岩往返—辻之岩屋—奉行杉路線（耗時約 5 小時）的觀景路線。

交通：從距離最近的白谷雲水峽公車站步行約需 15 分鐘；開車從安房港出發約 45 分鐘，從宮之浦港出發約 25 分鐘，從屋久島機場出發約 35 分鐘。

大川瀑布

大川瀑布是屋久島最大的瀑布，落差達 88 公尺，名列「日本瀑布百選」之一。大雨過後，瀑布氣勢更為磅礴。附近的大川泉則被列為「名水百選」之一，據說飲用此泉有益健康。

交通：從距離最近的大川瀑布公車站步行約需 5 分鐘；開車從安房港出發約 55 分鐘，從宮之浦港出發約 70 分鐘，從屋久島機場出發約 65 分鐘。

水力發電

屋久島豐富的水資源被運用來發電。私營企業屋久島電工經營著 3 家水力發電廠，同為私營企業的九州電力旗下也有 1 家。島上所有電力幾乎都來自水力發電。屋久島電工還擁有一家火力發電廠，只在緊急情況或是水電廠維修期間使用。

從亞熱帶氣候到寒帶氣候

屋久島變化多樣的地形孕育出不同的氣候環境，從海岸的亞熱帶氣候到山區的亞寒帶氣候，類型豐富。海岸地區即使在冬季時氣候也比較溫和，但海拔 2000 公尺左右的奧岳山脈終年寒冷，積雪甚至厚達 3~6 公尺深。不同海拔生長著不同的植被，島上的生態系統共有約 1900 種植物。在同一個冬日，可能山區白雪靄靄，海邊卻木槿盛開。

<日本語仮訳>

屋久島の気候

屋久島には「ひと月に 35 日間雨が降る」とい名言があります。これは日本で有名な女流作家・林芙美子の『浮雲』に出てくる有名なフレーズです。その地形と黒潮の影響で、この島は日本で最も降雨量が多く、青々とした森、ほとばしる川、また勢いよく落ちる滝を生み出しています。

日本で最も雨の多い場所

高い山々が屋久島の内陸部に大雨をもたらします。この島はフィリピンから温かい水を北に向かって日本まで運んでくる黒潮の通り道に位置しています。海から立ち上る温かい水蒸気が、中には 1,800 メートルを超えるものもある屋久島の峰々に接触します。その水蒸気は上昇を続けるにつれ凝結して

冷え、雲を形成し、雨を降らせませす。2017 年には、沿岸の町である永田が 1,377 ミリメートルの平均年間降水量を記録したのに対し、中央部の小杉谷および宮之浦岳ではその倍を超える平均 5,693 および 6,960 ミリメートルの雨量をそれぞれ記録しました。

屋久島東部の降水量は、南東からこの島の上を通過する温暖な低気圧の前線や台風が原因で、南部や西部に比べて多くなります。屋久島は太平洋上で 7 月から 10 月にかけて最も頻繁に発生する台風の進路の転向点に位置しています。屋久島の年間雨量の約半分は、東アジアの雨期である 5 月から 8 月の間に集中します。

白谷雲水峡

白谷雲水峡では、豊富な雨と高い湿度により、多彩な種類の苔が生育しています。ハイキングコースが霞の立ち込める苔むした原生林を横断しており、スタジオジブリのアニメ映画、「もののけ姫」の風景はこの森に着想を得たと言われています。日本の約 1,700 種の苔のうち、約 690 種が屋久島の湿った気候の中で繁茂しています。雨が降ると、雨水を蓄える苔は新たな活力を得て、様々な緑の色合いの光景を生み出します。ピートモスは自身の重量の 16 から 26 倍の水分を吸収する細胞を持っており、乾燥しすぎると白くなります。高地で見られるハイヒモゴケ科の苔は長く、木の枝からカーテンのように垂れ下がります。白谷川は、澄んだ山の水をその渓谷に供給しています。

白谷雲水峡には、弥生杉コース（約 1 時間）、奉行杉コース（約 3 時間）、太鼓岩往復コース（約 4 時間）の三つのモデルハイキングコースがありますが、白谷雲水峡を満喫するなら、太鼓岩往復コース+辻の岩屋+奉行杉コース（合計約 5 時間）がおすすめです。

アクセス：最寄りの白谷雲水峡バス停から徒歩約 15 分。車で安房港から約 45 分、宮之浦港から約 25 分、または屋久島空港から約 35 分

大川の滝

大川の滝は、落差 88 メートルの屋久島で最も大きな滝であり、「日本の滝 100 選」にも選ばれています。大雨の後には、その滝の流れはさらにダイナミックになります。近くの「名水 100 選」に選ばれた大川湧水の飲み水は健康に良いと言われています。

アクセス：最寄りの大川の滝バス停から徒歩約 5 分。車で安房港から約 55 分、宮之浦港から約 70 分、または屋久島空港から約 65 分

水力発電

屋久島の豊富な水源は発電に利用されています。民間企業である屋久島電工は 3 基の水力発電所を運営しており、同じく民間の九州電力が 1 基を所有しています。この島で消費される電力のほとんどは水力発電で賄われており、屋久島電工が所有する火力発電所は、非常時と水力発電所のメンテナンス時にのみ使用されています。

亜熱帯から寒冷気候まで

屋久島の変化に富んだ地形は、沿岸の亜熱帯から山間部の亜寒帯まで、様々な気候を生み出しています。海岸部は冬でも温暖ですが、標高 2,000m 前後の奥岳山岳地帯は年間を通して寒冷

で、3メートルから6メートルの雪が積ることもあります。異なる標高ではそれぞれ異なった植物が生育しており、この島の生態系には合計で約1,900種の植物が見つっています。同じ冬の日、山には雪が積もり、海岸付近ではハイビスカスの花が咲くこともあり得るのです。

【タイトル】 黒潮

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

黒潮

黒潮从南方带来的暖湿空气和高山相遇，为屋久岛带来了充沛的降雨和繁茂的森林。洋流表层的快速流动也影响着海洋和陆地生态系统。养分丰沃的海洋和岛上的亚热带气候，令屋久岛成为日本最北沿的珊瑚礁生长地。

关于黒潮

黒潮又名日本暖流，深 600~700 米，最宽处约 200 公里。快速流动的区域略窄，幅宽约 40 公里。这股暖流产生于菲律宾东海岸，通常经台湾东侧海域进入东海，转北流向冲绳和奄美群岛的西侧，然后经吐噶喇海峡再度进入太平洋，再往东北方向到达屋久岛和种子岛东侧海域。黒潮水温高、含盐量高，而且水质清澈。黒潮的水温与其流向、流速一样，受流经位置、季节和风向的影响，因此各处也有差异，但总体在 15°C~30°C 之间。即使在隆冬，平均水温也有 19.2°C。

黒潮带来的养分和矿物质有助于维持海洋生物的多样性，珊瑚和热带鱼也在暖水中生长旺盛。随着暖流迁徙的还有海龟，它们会到屋久岛海岸筑巢产卵。

水肺潜水和浮潜

在屋久岛的栗生、一凑等海水浴场，有大把机会玩潜水和浮潜。在由花岗岩体组成的海底景致中，它们无疑是温带地区观赏亚热带和热带鱼类的理想地点。

栗生海水浴场

拥有优美白色浅滩的栗生海水浴场是著名的海龟产卵地。黒潮暖流流经海滩，为众多热带鱼类提供了理想的生长环境。当地主要鱼种是条纹豆娘鱼和耳带蝴蝶鱼。日本环境省 2010 年发表的研究报告指出，这一水域内已发现鱼类 91 种，珊瑚 34 种。低潮位时，海滩上的塚崎潮池（退潮后留在海滩上的水潭）简直就是一个天然水族馆，可以看到里面的幼鱼、海葵、珊瑚、海胆和海星。

交通：从距离最近的栗生入口公交车站步行约需 2 分钟；驾车从安房港出发约 45 分钟，从宫之浦港出发约 70 分钟，从屋久岛机场出发约 50 分钟。

一凑海水浴场

黑潮造就丰沃的海上渔场，吸引了大量花腹鲭（又名澳洲鲭），一凑以丰厚的花腹鲭渔获闻名。这里的海水中有华伦合叶珊瑚类，以及滨珊瑚类、波状或褶状裸肋珊瑚类造礁珊瑚。风向、潮流流向和浅海床，这些得天独厚的条件使得一凑海滩成为热门的潜水场地，特别是每年 7~10 月，黑潮流经屋久岛期间，水温较高且海水更为清澈。参加潜水的话，建议请教练同行。

交通：从距离最近的矢筈公交车站步行约需 1 分钟；驾车从安房港出发约 40 分钟，从宫之浦港出发约 15 分钟，从屋久岛机场出发约 30 分钟。

渔获

屋久岛周边海域的鱼类品种数量居日本之首，这其中也有黑潮的贡献。黑潮从南方带来的不仅有鱼类，还有温暖的海水，即便在寒冬，水温也有 19℃。岛上主要渔获是飞鱼和鲭鱼，此外还有牛眼青鲑（音“陆”）、刺鲳、杜氏鰷（又名红鲷）、鲣鱼、贵妃蟹、龙虾、鲍鱼、对虾等本地特产。

<繁体字>

黑潮

黑潮從南方帶來的暖濕空氣和高山相遇，為屋久島帶來了充沛的降雨和繁茂的森林。洋流表層的快速流動也影響著海洋和陸地生態系統。養分豐富的海洋和島上的亞熱帶氣候，令屋久島成為日本最北端的珊瑚礁生長地。

關於黑潮

黑潮又名日本暖流，深 600~700 公尺，最寬處約 200 公里。快速流動的區域略窄，幅寬約 40 公里。這股暖流產生於菲律賓東海岸，通常經台灣東側海域進入東海，轉北流向沖繩和奄美群島的西側，然後經吐噶喇海峽再度進入太平洋，再往東北方到達屋久島和種子島東側海域。黑潮水溫高、含鹽量高，而且水質清澈。黑潮的水溫與其流向、流速一樣，受流經位置、季節和風向的影響，因此各處也有差異，但總體在 15℃~30℃之間。即使在隆冬，平均水溫也有 19.2℃。

黑潮帶來的養分和礦物質有助於維持海洋生物的多樣性，珊瑚和熱帶魚也在暖水中生長旺盛。隨著暖流遷徙的還有海龜，它們會到屋久島海岸築巢產卵。

潛水和浮潛

屋久島的栗生和一湊等幾處海水浴場，提供潛水和浮潛等近海活動，在水下花崗岩地貌的襯托下，這些海灘都是在溫帶地區觀賞亞熱帶和熱帶魚類的理想地點。

栗生海水浴場

擁有優美白色淺灘的栗生海水浴場是著名的海龜產卵地。黑潮暖流流經海灘，為各種熱帶魚類提供了理想的生長環境。當地的主要魚種是五帶豆娘魚和耳帶蝴蝶魚。日本環境

省 2010 年發表的研究報告指出，此水域內已發現魚類 91 種，珊瑚 34 種。在低潮位時，海灘上的塚崎潮池（退潮後留在海灘上的水潭）就是一個天然的水族館，可以看到裡面的幼魚、海葵、珊瑚、海膽和海星。

交通：從距離最近的栗生入口公車站步行約需 2 分鐘；開車從安房港出發約 45 分鐘，從宮之浦港出發約 70 分鐘，從屋久島機場出發約 50 分鐘。

一 湊海水浴場

黑潮造就豐沃的海上漁場，吸引大量的花腹鯖（又名澳洲鯖），因此，一湊以大量的花腹鯖漁獲聞名。這裡的海水中有華倫合葉珊瑚類，以及濱珊瑚類、波狀或褶狀裸肋珊瑚類造礁珊瑚。風向、潮流流向和淺海床這些得天獨厚的條件，使得一湊海灘成為熱門的潛水場地，特別是每年 7~10 月，黑潮流經屋久島期間，水溫較高且海水更為清澈。參加潛水的话，建議請教練同行。

交通：從距離最近的矢筈公車站步行約需 1 分鐘；開車從安房港出發約 40 分鐘，從宮之浦港出發約 15 分鐘，從屋久島機場出發約 30 分鐘。

漁獲

屋久島周邊海域的魚類品種數量居日本之首，這其中也有黑潮的貢獻。黑潮從南方帶來的不僅有魚類，還有溫暖的海水，即便在寒冬，水溫也有 19°C。島上主要的漁獲是飛魚和鯖魚，此外還有牛眼鱧（音「陸」）、刺鯧、杜氏鰻（又名紅魷）、鰹魚、貴妃蟹、龍蝦、鮑魚、對蝦等本地特產。

<日本語仮訳>

黒潮

高い山々と南からの黒潮がもたらす温かく湿った空気が組み合わせあって、屋久島に豊富な降雨量と緑が生い茂る森をもたらします。この潮の表層の速い水の流れもまた、海洋と陸両方の生態系に影響を及ぼしています。豊かな海とこの島の亜熱帯気候により、屋久島は日本におけるサンゴ礁の最北沿となっています。

黒潮について

黒潮（中国語では「日本暖流」ともいう）は深さ 600 から 700 メートル、幅は最も広いところでは約 200 キロメートルあります。この海流の流速が速いエリアは狭めで、40 キロメートルほどになっています。この海流はフィリピンの東海岸沖に始まり、通常は台湾の東側を経て東シナ海に入り、沖縄や奄美群島の西側へと北上し、トカラ海峡を通過して太平洋に戻り、その後北東方向に流れて屋久島や種子島の東側へと向かって行きます。その水温は高く、塩分を多く含み、透明です。この海流の温度は、その方向や速度と同じように場所や季節また風によって変化しますが、一般的には 15°C から 30°C であり、真冬でもその平均水温は 19.2°C です。

黒潮は海洋生物の多様性を維持するための栄養素やミネラルをもたらし、サンゴや熱帯魚はその温かい水の中で繁栄します。ウミガメもこの海流に沿って回遊し、産卵のために屋久島に上陸します。

ダイビングおよびシュノーケリング

屋久島の栗生や一湊といった海水浴場にはダイビングやシュノーケリングのスポットが豊富にあり、どちらも水中の花崗岩層を背景に、温帯地域にいる亜熱帯や熱帯の魚を鑑賞するには最適な場所です。

栗生海水浴場

ウミガメの産卵地として有名で、遠浅になっており白い砂浜が美しい栗生海水浴場のすぐ沖を、黒潮の温かい水が流れているため、多くの熱帯魚に最適な生息環境をこの地に提供しています。代表的な種としてはオヤビツチャやチョウチョウウオなどがいます。環境省が発表した 2010 年の調査報告書によれば、91 種の魚類と 34 種のサンゴがこの地域の海域で見つかっています。干潮時には、栗生の塚崎タイドプール（干潮時に海辺にできる潮溜まり）は稚魚、イソギンチャク、サンゴ、ウニ、ヒトデの天然の水族館になります。

アクセス：最寄りの栗生入口バス停から徒歩約 2 分。車で安房港から約 45 分、宮之浦港から約 70 分、または屋久島空港から約 50 分

一湊海水浴場

一湊は、黒潮が作り出した豊かな餌場に引き寄せられたゴマサバが多く捕れることで知られています。一湊の水域には、ハナガタサンゴ類、ハマサンゴ類造礁サンゴ、畝状またはフリル状のサザナミサンゴ類造礁サンゴなどがあります。風や潮の流れ、また浅い海底といった良好な条件が、一湊海水浴場を人気のダイビングスポットにしていますが、黒潮が屋久島に近づいて水温が上がり、水の透明度が増す 7 月から 10 月にかけては特に人気があります。インストラクターを伴ったダイビングがおすすめです。

行き方：最寄りの矢筈バス停から徒歩約 1 分。車で安房港から約 40 分、宮之浦港から約 15 分、または屋久島空港から約 30 分

漁業

屋久島の周辺海域は、日本で最も多くの魚種が生息する場所です。これは、1 つには黒潮が島の南側から魚はもちろん、真冬でも海面の水温が 19℃と暖かいためと考えられています。主な漁獲はトビウオやサバですが、その他の特産物には、ムツ、メダイ、カンパチ、カツオ、アサヒガニ、イセエビ、アワビ、エビなどがあります。

【タイトル】 漁業

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

渔业

得益于黑潮带来的养分充足的海水，屋久岛的渔业相当繁荣，无论是渔获的品种还是产量都很丰富。东南沿海的安房港和北部沿海的一凑港是岛上两大渔港。

飞鱼

安房社区共有约 540 户人家（2020 年数据），是日本飞鱼主要登陆港之一，渔获都来自港口东部水域。以前飞鱼群会夜间来近岸产卵，在渔船间张上网就能捕到。但现在岸边已经很少有飞鱼了，渔民们必须到外海捕捞。究其原因，可能与气候变化、渔港混凝土硬化、松林面积减少、缺乏可供鱼苗生长的海藻海床等诸多因素相关。

飞鱼的游动位置靠近水面，鱼群探测器无法显示。渔民靠观察渔船驶近时跃出水面的飞鱼数量估算鱼群规模，再根据鱼群游动方向、风向和洋流来设网。他们操控渔船追逐鱼群，把鱼惊起，使其落入张在两船间的网中。飞鱼终年都可捕捞，但春夏两季是最佳渔季，彼时正值飞鱼产卵期，随着海水温度升高，鱼群会游近岸边觅食。冬季风浪较大，渔获也较少。飞鱼的烹饪方法通常是盐烤或者煮食。屋久岛有一道名菜——炸飞鱼肉饼，是将飞鱼晾晒一夜后切碎油炸而成。

鯖鱼

一凑是个有着 330 户人家（2020 年数据）的村子，也是重要的鯖鱼渔场。花腹鯖（又名澳洲鯖）需要在海上用线竿钓，这种鯖鱼比屋久岛以北的日本产白腹鯖（又称日本鯖鱼）油脂略少。渔民驾一艘仅容 4、5 人的小船趁夜出海，第二天清晨载着渔获归来。花腹鯖大多都要经过加工：先水煮去除脂肪，再烟熏并风干数日。制作过程中要加入一种自然霉菌来发酵，以赋予鱼肉独特风味。这样制成的鱼干叫“鯖节”，用于制作荞麦面高汤或是御好烧酱等调味品。

断头鯖鱼，当地称“首折れ鯖”(kubioresaba)，这道美味佳肴现在只有在屋久岛才能品尝到。本地渔民将钓到的花腹鯖拉上船，立即折断鱼头，排干鱼血，这是在没有冰箱和冰块的年代里当地人采用的保鲜方法，从 19 世纪晚期开始传袭至今。出于对寄生虫的担心，鯖鱼很少生吃，但断头鯖鱼极为新鲜，可以安全食用，而且十分美味。

鯖鱼熏制工场

一湊港附近有几家使用**传统**的水煮熏制法制作“**鯖节**”的**鯖鱼熏制工场**，其中一家已有 200 多年**历史**。这些熏制工场虽然是**私营**，但都对**公众开放**，展示**鯖鱼**清理、加工和包装**全过程**。来访者可以多逛几家，**尝试**他们的各种产品。

<繁体字>

漁業

得益於黑潮帶來的養分充足的海水，屋久島的漁業發展相當繁榮，無論是漁獲品種還是產量都很豐富。東南沿海的安房港和北部沿海的一湊港是島上兩大漁港。

飛魚

安房地區共有約 540 戶住家（2020 年資料），是日本飛魚主要登陸的港口之一，而漁獲都來自港口東部水域。以前飛魚群會夜間游到沿岸產卵，只要在漁船間撒網就能捕到。但現在岸邊已少有飛魚，漁民們必須到外海捕撈。這樣的變化可能與氣候變遷、漁港混凝土硬化、松林面積減少、缺乏可供魚苗生長的海藻海床等諸多因素相關。

由於飛魚的活動位置靠近水面，魚群探測器無法顯示。漁民只能靠觀察漁船駛近時躍出水面的飛魚數量估算魚群規模，再根據魚群游動方向、風向和洋流來設置魚網。他們駕駛漁船追逐魚群，使受到驚嚇的魚群落入鋪在兩艘船間的網中。雖然飛魚終年均可捕撈，但春夏兩季是最佳的**捕鱼季**，因彼時正是飛魚產卵期，隨著海水溫度升高，魚群會游近岸邊覓食。冬季風浪較大，漁獲也較少。飛魚的烹飪方法通常是鹽烤或者燉煮。屋久島的名菜——炸飛魚肉餅，就是將飛魚晾曬一夜後切碎油炸而成。

鯖魚

一湊是個有 330 戶住家（2020 年資料）的村子，也是重要的鯖魚漁場。花腹鯖（又名澳洲鯖）需要在海上用線竿釣，這種鯖魚比屋久島以北的日本產白腹鯖（又稱日本鯖魚）油脂略少。漁民駕駛一艘僅容 4、5 人的小船趁夜出海，第二天清晨載著漁獲歸來。花腹鯖大多都要經過加工：先水煮去除脂肪，再煙燻並風乾數日。製作過程中要加入一種自然黴菌來發酵，以賦予魚肉獨特風味。這樣製成的魚乾叫「鯖節」，用於製作蕎麥麵高湯或是御好燒醬等調味品。

斷頭鯖魚，當地稱「首折れ鯖」（kubioresaba），這道美味佳肴現在只有在屋久島才能品嚐到。本地漁民將釣到的花腹鯖折斷魚頭，排乾魚血，這是在沒有冰箱和冰塊的年代裡當地人採用的保鮮方法，從 19 世紀晚期開始傳承至今。雖然因為有寄生蟲的關係，鯖魚很少生吃，但斷頭鯖魚卻極為新鮮，可以安全食用，而且十分美味。

鯖魚燻製工廠

一湊港附近有幾家鯖魚燻製工廠，使用傳統的水煮燻製法製作「鯖節」，其中一家已有 200 多年歷史。這些燻製工廠雖然是**私營**，但對一般大眾開放，展示鯖魚清理、加工和包裝**全過程**。遊客可以多逛幾家，品嚐各種產品。

<日本語仮訳>

漁業

屋久島の漁業は黒潮の栄養豊かな海域のおかげで、漁獲される魚は種類と量どちらにおいても豊富です。南東部にある安房と北海岸にある一湊は、この島の2つの主要な漁港です。

トビウオ

安房は約540世帯（2020年現在）の集落で、港の東側の海域で獲れるトビウオの日本有数の水揚げ港のひとつです。昔はトビウオの群れが夜に産卵のために接岸し、船と船の間に張られた網で漁獲されたものでした。今日では、おそらく気候の変化、コンクリートの港、松林の減少、稚魚が成育するための藻場の不足などといった理由から、岸に近づくトビウオはほとんどおらず、漁師の人々は外洋に赴かなければなりません。

トビウオは海面近くを泳ぎ、魚群探知機には表示されません。漁師は、船が近づいた時に飛び出す魚の数を観察して群れの大きさを予測し、群れの動きや風向き、潮の流れなどを基に網を仕掛けます。それから船を動かし、驚いたトビウオを包囲して2隻の船の間の網に引きずり込みます。トビウオは年間を通して漁獲できますが、春から夏が旬の時期で、これは産卵期間と海水温が上昇してこの魚が餌を求めて沿岸に近づく時期に一致しています。冬場は海域が荒れ、漁獲量が少なくなることもあります。トビウオはしばしば塩焼きにしたり、煮たりして食べられます。屋久島名物のひとつは、一夜干しにしたトビウオをミンチにして揚げた「つけ揚げ」という魚肉団子です。

サバ

一湊は約330世帯の集落（2020年現在）で、主要なサバの漁場となっています。ゴマサバはさらに北の方で見られるマサバよりも脂が少ない魚で、沖合で糸と竿で捕獲されています。漁師たちは定員わずか4~5人の船に乗って夜に出港し、翌日早くに朝からの釣果と共に帰港するのです。漁獲の大半は加工され、脂肪分を落とすために茹でた後、数日にわたって燻製および乾燥します。この乾燥したサバは自然のカビによって発酵し、独特の風味を与えられます。鯖節と呼ばれるこの乾物は、そばの出汁やお好み焼きソースなどの調味料を作るために使用されています。

「首折れ鯖」は現在では屋久島でしか食べられない珍味となっています。地元の漁師たちは、魚の首を水から引き上げられると同時に折って血抜きをしますが、これは冷蔵庫も氷もなかった19世紀後半に魚を保存するために確立された手法です。サバは通常寄生虫の心配から生で食されることはあまりありませんが、首折れ鯖は鮮度が高く、安全に食すことができ、またとても美味です。

サバ燻製工場

一湊港の近くに、煮て燻製するという昔ながらの方法を用いて鯖節を作るサバ燻製工場がいくつかあります。その1つには200年以上の歴史があります。すべて個人経営ですが、一般公開されており、サバの捌き方、加工、また包装の実演を行っています。複数の工場を訪れて様々な商品を試すことが可能です。

【タイトル】 ウミガメの産卵

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

海龟产卵

在屋久岛上岸的海龟有两种：红海龟和绿海龟，以红海龟居多。在北太平洋地区，日本是红海龟产卵地之一，而屋久岛的海滩则是其中最大的一处。

海龟为什么喜欢屋久岛

年幼的红海龟在屋久岛的海滩上孵化出生，然后随着流经这里的黑潮向太平洋东北方向迁徙。它们大多数会到达墨西哥的下加利福尼亚海岸，那里有充足的食物。最终，它们又会回到屋久岛产卵。每一只雌海龟都会回到自己的出生地交配产卵，而雄海龟通常不会。

每年5~7月产卵季，雌海龟会将卵产在屋久岛的沙滩上。为了躲避捕食者，它们夜里上岸，在沙滩上刨个洞，产下卵，再花上30分钟或更长时间用沙把卵覆盖起来。每只雌海龟一次能产100~150枚卵，每个产卵季产卵2~6次。经过45~70天孵化，身长只有约5厘米左右的黑色雏龟就会破壳而出。3~7天后，小海龟们爬上沙滩奔赴海洋。

海龟保护行动

受人类活动影响，海龟已经濒危。20世纪50、60年代以前，人类贪图龟壳制作的装饰品，大量抓捕海龟。日本还有吃海龟蛋的传统，因其营养价值高，人们认为吃了可以长寿和安产。20世纪70年代后，肆意捕捞和环境恶化进一步威胁到海龟的栖息地。

为了防止海龟灭绝，1973年旧上屋久町（含屋久岛北半部）禁止了捕捉海龟和采集海龟蛋的行为。1988年鹿儿岛县也制定条例，禁止在所有海岸地区违法捕捉海龟和收集海龟蛋。2005年11月，永田的三个海滩联合以“永田滨”的名字加入了《拉姆萨尔湿地公约》(Ramsar Convention on Wetlands)，公约认定永田是北太平洋上红海龟数量最多的产卵地，对海龟的生存具有重要意义。

屋久岛海龟馆是一家致力于生态研究和保护屋久岛海龟的非盈利机构，在监测和研究海龟生态、清理海滩、产卵季巡护以及培训志愿者方面发挥着重要作用。研究团队和志愿者清点收集上岸的海龟和海龟蛋的数量，并进行监测，还会给海龟装上定位仪，利用卫星追踪它们的迁徙路线。

去哪里看海龟

屋久島有 5 处主要的海龟产卵地：永田的前滨海滩和田舍滨海滩、一凑海水浴场、栗生海水浴场，以及中间滨海滩。其中永田海滩最为热门，因为在这里看到海龟产卵的机率最高。

永田田舍滨海滩

田舍滨海滩位于屋久岛西北海岸，绵延 1000 米，是岛上最长的沙滩。登陆日本的红海龟中，有 40%~50%在屋久岛上岸，其中的 90%都聚集于永田海滩。5 月中旬至 6 月是见到海龟机率最高的季节，最盛期时，一晚能看见 20 多只身长 1 米多的巨大红海龟。来访者必须参加由永田海龟联络协会组织的海龟产卵观察会才能前往，需提前预约。

屋久岛海龟馆

海龟馆在前滨举办海龟产卵观察会活动。活动中，首先介绍观察的基本守则以及海龟的生物学知识，接着请参加者观看一段有英文字幕的录像，然后在向导的带领下前往产卵地。参观人数每天上限为 50 人，需提前预约。海龟馆全年开放（10 月至次年 3 月周二和周三、新年假期闭馆），馆内有详细介绍海龟生命周期的海龟标本、照片，以及展板（有部分英文介绍）。门票成人 300 日元。

栗生海水浴场

这片位于西南海岸的海滩是屋久岛仅次于永田的第二大红海龟产卵地。这里没有专门组织的海龟观察会活动，但负责管理海滩活动的海龟巡护员会向来访者说明观察的注意事项。

<繁体字>

海龜產卵

在屋久島登陸的海龜有兩種：紅海龜和綠海龜，並以紅海龜居多。在北太平洋地區，日本是紅海龜產卵地之一，而屋久島的海灘則是其中最大的一處。

海龜為什麼喜歡屋久島

年幼的紅海龜在屋久島的海灘上孵化出生，然後隨著流經這裡的黑潮向太平洋東北方遷徙。牠們大多數會到達墨西哥的下加利福尼亞海岸，那裡有充足的食物。最終，牠們又會回到屋久島產卵。每一隻雌海龜都會回到自己的出生地交配產卵，雄海龜則通常不會。

每年 5~7 月產卵季，雌海龜會將卵產在屋久島的沙灘上。為了躲避捕食者，牠們夜裡登陸，在沙灘上挖洞產卵，再花 30 分鐘或更長時間用沙子覆蓋洞穴。每隻雌海龜一次能產卵約 100~150 顆，每個產卵季產卵 2~6 次。經過 45~70 天的孵化，身長只有 5 公分左右的黑色雛龜就會破殼而出。再經過 3~7 天，小海龜們爬上沙灘奔赴海洋。

海龜保護行動

受人類活動影響，海龜已列為瀕危物種。直到 1950 和 1960 年代，人類貪圖龜殼製作的裝飾品，大量抓捕海龜。此外，日本還有吃海龜蛋的傳統，因其營養價值高，被認為吃了可以長壽和安產。1970 年代後，肆意捕撈以及環境惡化，進一步威脅到海龜的棲息地。

自 1973 年起，為了防止海龜滅絕，舊上屋久町開始（含屋久島北半部）禁止捕捉海龜和採集海龜蛋。鹿兒島縣隨後於 1988 年發佈條例，禁止在所有海岸地區違法捕捉海龜和收集海龜蛋。2005 年 11 月，永田的三個海灘聯合以「永田濱」之名加入《拉姆薩爾濕地公約》（Ramsar Convention on Wetlands），公約認定永田是北太平洋上紅海龜數量最多的產卵地，對海龜的生存具有重要意義。

屋久島海龜館是一家致力於生態研究和保護屋久島海龜的非盈利機構，在監測和研究海龜生態、清理海灘、產卵季巡護以及培訓志工方面發揮著重要作用。研究團隊和志工清點收集上岸的海龜和海龜蛋的數量，並進行監測，還會給海龜裝上定位儀，利用衛星追蹤牠們的遷徙路線。

去哪裡看海龜

屋久島有 5 處主要的海龜產卵地：永田的前濱海灘和田舍濱海灘、一湊海水浴場、栗生海水浴場，以及中間濱海灘。其中永田海灘最為熱門，因為在這裡看到海龜產卵的機率最高。

永田田舍濱海灘

田舍濱海灘位於屋久島西北海岸，綿延 1000 公尺，是島上最長的沙灘。登陸日本的紅海龜中，有 40%~50% 在屋久島上岸，其中的 90% 都聚集在永田海灘。5 月中旬至 6 月是海龜出現機率最高的季節，最高峰時，一晚能見到 20 多隻身長 1 公尺多的巨大紅海龜。遊客必須參加由永田海龜聯絡協會組織的海龜產卵觀察團才能前往（需提前預約）。

屋久島海龜館

海龜館在前濱舉辦海龜產卵觀察團活動。活動中，首先介紹觀察的基本規則以及海龜的生物學知識，接著請團員觀看一段有英文字幕的影片，然後在導覽人員的帶領下前往產卵地。參觀人數每天上限為 50 人，需提前預約。海龜館全年開放（10 月至次年 3 月週二和週三、新年假期閉館），館內有詳細介紹海龜生命週期的海龜標本、照片，以及展板（部分內容有英文介紹）。成人門票為 300 日圓。

栗生海水浴場

這片位於西南海岸的海灘是屋久島僅次於永田的第二大紅海龜產卵地。這裡沒有專門安排的海龜觀察團活動，但負責管理海灘活動的海龜巡護員會向遊客說明觀察的注意事項。

<日本語仮訳>

ウミガメの産卵

屋久島には2種類のウミガメ、アカウミガメとアオウミガメが上陸します。日本は北太平洋でこの2種類のウミガメのうちでより生息数の多いアカウミガメが産卵する場所であり、屋久島の浜辺はその最大の産卵場所となっています。

なぜウミガメは屋久島を好むのか

アカウミガメの子どもは屋久島の浜辺で孵化し、屋久島を通り太平洋の北東へと流れる黒潮に乗って回遊します。メキシコのバハ・カリフォルニア沿岸は食料が豊富であり、多くのアカウミガメはそこに向かい、最終的には産卵のために屋久島に戻ってきます。すべてのメスのウミガメは交尾や産卵のために生まれた場所に戻るのに対し、オスのアカウミガメは一般的にそうではありません。

メスは5月から7月の産卵シーズンに屋久島の砂浜に卵を産み付けます。彼らは捕食者を避けるために夜に上陸し、砂に穴を掘り、卵を産み、その後30分あるいはそれ以上をかけて砂で穴を覆います。メスは1匹あたり一度に約100から150の卵を産み、各シーズン2から6回産卵します。卵は45日から70日後に孵化し、体長5センチほどの黒い子ガメが3日から7日後に砂地から現れて海へと向かいます。

ウミガメ保護活動

ウミガメは人間の活動によって絶滅の危機にさらされてきました。1950～60年代まで、カメはその甲羅で作られた装飾品のために大量に捕獲されていました。また、日本では亀の卵は栄養素が豊富で、長寿や安産に良いと考えられていたため、消費されていました。1970年代以降は、乱獲と環境の悪化がウミガメの生息地をさらに脅かしました。

屋久島の旧上屋久町（北半分を占める）は、ウミガメを絶滅から守るため、1973年にウミガメとその卵の捕獲を禁止しました。その後、鹿児島県は1988年にすべての沿岸部でウミガメとその卵の違法捕獲を禁止する条例を制定しました。2005年の11月には、永田にある3つの浜が「永田浜」という名で湿地に関する『ラムサール条約』に登録され、永田が北太平洋で最も多くのアカウミガメの産卵地があり、ウミガメの生存に重要な地域であることが認められました。

屋久島うみがめ館は、屋久島のウミガメの生態調査と保護を目的としたNPOで、ウミガメの生態の観察および調査、浜の清掃、産卵巣のパトロール、およびボランティアの育成において重要な役割を担っています。研究グループやボランティアたちが、上陸してくるウミガメの数や産み付けられた卵の数を収集・監視しているのです。研究者たちはウミガメにタグを付け、その回遊経路を衛星で追跡しています。

ウミガメに会うには

カメは主に5つのエリアで産卵します。それらは永田の前浜といなか浜、一湊海水浴場、栗生海水浴場、そして中間浜です。永田の浜辺は産卵活動を観察できる可能性が高いことから最も人気があります。

永田いなか浜

屋久島北西部の 1,000 メートルに及ぶこの浜は、島内で最も長い砂浜です。屋久島は日本に上陸するアカウミガメの 40 から 50 パーセントを占め、そのうちの 90 パーセントが永田浜に上陸します。ウミガメは 5 月中旬から 6 月にかけて見られる可能性が最も高く、最盛期には全長 1m 以上の大きなアカウミガメを一晩で 20 頭以上も見ることができます。訪問者がウミガメを見るには永田ウミガメ連絡協議会によって実施される「ウミガメ産卵観察ツアー（ウミガメ観察会）」に参加する必要があります。参加には事前予約が必要です。

屋久島うみがめ館

うみがめ館は前浜でウミガメの産卵観察会を実施しています。観察会は、観察の基本的なルールやウミガメの生態についてのオリエンテーションから始まります。参加者は次に英語字幕付きのビデオを見て、その後産卵場所へと案内されます。参加者の人数は 1 日 50 名が上限となっており、事前予約が必要です。ウミガメの生涯を詳しく説明した標本や写真、またパネルなどを展示する博物館（一部に英語を含む）が、年間を通して公開されています（10 月から 3 月までの火曜および水曜、年末年始の祝日を除く）。入場料は大人 300 円です。

栗生海水浴場

永田に次いで 2 番目に大きいアカウミガメの産卵エリアは、屋久島南西部にあるこの浜です。栗生では観察会は実施されていませんが、この浜辺での活動を監視しているウミガメ監視員が観察者に注意点を説明してくれます。

【タイトル】 漁業：歴史と文化

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

渔业历史与文化

屋久岛是一座位于黑潮通道上的多山岛屿，耕地有限。岛民自古依靠大海生存，对大海的感激之情已经完全融入了他们的生活，具体表现为各种传统歌舞表演以及对日本“七福神”之一惠比寿的崇拜。

渔业发展进程

在屋久岛北部海岸的一凑地区有一处绳文时代考古遗址，其历史可追溯至公元前10,000年至公元前300年间。出土的鱼骨和贝壳说明，岛上居民享用丰盛的海产已有数千年历史。16世纪前后，岛上的主要渔获品种是飞鱼和鲣鱼，向江户（今东京）的幕府将军和萨摩藩（今鹿儿岛县）的领主进贡飞鱼干是当时的惯例。

据记载，到19世纪晚期，屋久岛平均每年可以生产1.8吨“鲣节”（鲣鱼干），每年捕获的飞鱼约有400万条。但此时，从九州萨摩半岛来的渔船开始往南扩张，侵占屋久岛的渔场，过度捕捞导致岛屿周围水域里的鲣鱼逐渐消失。受此影响，岛民只得转而捕鲭鱼。1897年，来自屋久岛的“鲭节”（鲭鱼干）在全国博览会上获得优胜，从此成为屋久岛的地方名产。到20世纪20年代晚期，岛上仅一家工厂一年就能生产4500吨鲭鱼花（鲭鱼干薄片）。

守护神惠比寿

惠比寿是丰收之神，也被当作渔业守护神崇拜。典型的惠比寿形象为右手持鱼竿，左手抱鲷鱼。每每有好收成，渔民们都要感恩惠比寿，若是运气不济，也要向惠比寿祈愿转运。每个地区惠比寿神的形象都不尽相同。

一凑渔港有两座名为“滨惠比寿”的迷你神社。其中一座用一块多孔岩石建造，供奉两座塑像，一为抱鲷惠比寿，一为无头石像。另一座神社则用坚硬的红色岩石制成，里面供奉着一小块天然石。抱鲷的惠比寿被认为能保佑捕获鲣鱼，而那块天然石惠比寿据说能给捕捞飞鱼带来好运。同时，当地人自古相信海里的石头和水中的鱼儿交情颇好，在海滩上放置一块面朝大海的石头就能吸引鱼群靠岸，因此所有海滩上的惠比寿都面朝大海。

一凑还有一尊用屋久杉雕刻而成的惠比寿像，被供奉在一座名叫“町惠比寿”的迷你石祠中。村民们向这尊惠比寿祈求生意兴隆。用极其珍贵的屋久杉来雕刻神像也体现出岛民对惠比寿的崇敬。

还有一尊木雕惠比寿面向屋久岛东南海岸的麦生港。由于面容英俊，色彩艳丽，被称作“美男惠比寿”。当地每年 1 月 10 日都要举办庆典，感谢这位惠比寿的护佑，祈求出海平安和渔获丰收。绝大部分惠比寿都怀抱鲷鱼，这一位抱的却是鰹鱼。江户时代(1603-1867)，惠比寿信仰在从日本本土传来时，正值岛上鰹鱼捕捞业兴盛，因而有了这样的改变。

飞鱼召唤舞

“飞鱼召唤舞”是永田村祈祷渔获丰收时由女性表演的传统舞蹈。农历四月初八佛诞日那天，人们走上海滩向佛祖祈福，并参拜位于河口的惠比寿祠。女舞者一边唱歌，一边挥舞装饰着叶片、莎草斗笠和彩色飘带的竹竿，召唤飞鱼到来。从南部的奄美大岛到台湾附近岛屿上都有类似仪式。自永田海域捕获不到飞鱼后，这一传统舞蹈也随之消失，但最近作为旅游亮点而被复兴。

<繁体字>

漁業歷史與文化

屋久島是一座位於黑潮通道上的多山島嶼，耕地有限。島民自古依海維生，對大海的感激之情已經完全融入了他們的生活，具體表現為各種傳統歌舞表演以及對日本「七福神」之一惠比壽的崇拜。

漁業發展進程

屋久島北海岸的一湊地區有一處繩文時代考古遺址，其年代可追溯至西元前 10,000 年至西元前 300 年間。出土的魚骨和貝殼說明，島上居民享用豐盛的海產已有數千年歷史。16 世紀前後，島上的主要漁獲品種是飛魚和鰹魚，向江戶（今東京）的幕府將軍和薩摩藩（今鹿兒島縣）的領主進貢飛魚乾是當時的慣例。

據記載，到 19 世紀晚期，屋久島平均每年可以生產 1.8 噸「鰹節」（鰹魚乾），每年捕獲的飛魚約有 400 萬條。但此時，從九州薩摩半島來的漁船開始往南擴張，侵佔了屋久島的漁場，過度捕撈導致島嶼周圍水域裡的鰹魚逐漸消失。受此影響，島民只得轉而捕鯖魚。1897 年，來自屋久島的「鯖節」（鯖魚乾）在全國博覽會上獲得優勝，從此成為屋久島的地方特產。到 1920 年代晚期，島上僅一家工廠一年就能生產 4500 噸鯖魚刨花（鯖魚乾薄片）。

守護神惠比壽

惠比壽是豐收之神，也被當作漁業守護神崇拜。典型的惠比壽形象為右手持魚竿，左手抱鯛魚。每當豐收，漁民們都要感謝惠比壽；若是運氣不濟，也要向惠比壽祈願轉運。每個地區惠比壽神的形象都不盡相同。

一湊漁港有兩座名為「濱惠比壽」的微型神社。其中一座用一塊多孔岩石建造，供奉兩座塑像，一為抱鯛惠比壽，一為無頭石像。另一座神社則用堅硬的紅色岩石製成，裡面供奉著一小塊天然石。抱鯛的惠比壽被認為能保佑捕獲鰹魚，而那塊天然石惠比壽據說能

為捕撈飛魚帶來好運。同時，當地人自古相信海裡的石頭和水中的魚群感情好，在海灘上放置一塊面朝大海的石頭就能吸引魚群靠岸，因此所有海灘上的惠比壽都面朝大海。

一湊還有一尊用屋久杉雕刻而成的惠比壽像，被供奉在一座名為「町惠比壽」的微型石祠裡。村民們向這尊惠比壽祈求生意興隆。用極其珍貴的屋久杉來雕刻神像也體現出島民對惠比壽的崇敬。

還有一尊木雕惠比壽面向屋久島東南海岸的麥生港。由於面容英俊，色彩豔麗，被稱作「美男惠比壽」。當地每年1月10日都要舉辦慶典，感謝這位惠比壽的庇佑，祈求出海平安和漁獲豐收。絕大部分惠比壽都懷抱鯛魚，這一尊抱的卻是鰹魚。江戶時代（1603-1867），惠比壽信仰從日本本土傳來時，正值島上鰹魚捕撈業興盛，因而有了這樣的改變。

飛魚召喚舞

「飛魚召喚舞」是永田村祈禱漁獲豐收時由女性表演的傳統舞蹈。農曆四月初八佛誕日那天，人們走上海灘向佛祖祈福，並參拜位於河口的惠比壽祠。女性舞者一邊唱歌，一邊揮舞裝飾著葉片、莎草斗笠和彩色飄帶的竹竿，召喚飛魚到來。從南部的奄美大島到台灣附近島嶼上都有類似儀式。自永田海域捕獲不到飛魚後，這一傳統舞蹈也隨之消失，但近年作為旅遊亮點而被復興。

<日本語仮訳>

漁業：歴史と文化

山が多く耕作に適した土地が限られた黒潮の流路にある島、屋久島は、昔から海の幸を頼りにして暮らしてきました。海への感謝の表れは、伝統芸能や日本の七福神の1柱、恵比寿様への信仰の形を取り、常に島の生活の一部となってきました。

漁業の進化

屋久島北岸の一湊で発掘された遺跡発掘現場は、紀元前1万年から300年の縄文時代に遡ります。発掘されたものには魚の骨や貝殻の遺物などがあり、この島の住民たちが何千年もの間、豊かな漁獲に恵まれてきたことが窺われます。16世紀頃の主な漁獲はトビウオやカツオであり、トビウオの干物を江戸の幕府や薩摩藩（現在の鹿児島県）の殿様に進呈することが慣習となっていました。

19世紀後半までには屋久島は年平均1,800キロの鰹節を生産しており、また毎年約400万匹のトビウオの漁獲量が記録されていました。しかし、九州の薩摩半島からの漁船が屋久島沖の漁場を南へ向かって侵害し始め、魚の乱獲のために島の水域からカツオが徐々に姿を消していきました。その結果、島民はサバ漁へと切り替えたのです。1897年、屋久島からの参加者が全国博覧会において鯖節で賞を取り、以来、屋久島の鯖節は島の特産品となっています。1920年代後半までには、1つの工場だけで年間約4,500トンの鯖節の削り節を生産するようになっていました。

守護神の恵比寿様

恵比寿様は豊漁の神様で、漁業の守護神として信仰されています。恵比寿様は一般に右手に釣竿を持ち、左手に鯛を持った姿で描かれます。漁師たちは、大漁の後には恵比寿様に感謝をささげ、不漁の後には豊漁を祈願します。その姿は地域によって異なります。

一湊漁港には「浜えびす」として知られる2つの小さな祠が立っています。祠の1つは多孔質の岩でできており、鯛を抱えた恵比寿様の像と首のない石像の両方を安置しています。もう1つの神社は硬い赤みがかった石でできており、中には小さな天然石が祀られています。鯛を抱えた恵比寿様はカツオ漁の守護神であると信じられており、一方、天然石の恵比須様はトビウオ漁に幸運をもたらすと言われています。海の石は水中で魚と良い関係を築いていたため、海の石を浜辺に海に面して置くことは魚を沿岸に引き寄せる、と長らく信じられているため、浜辺に祀られている恵比寿様はすべて海に面しています。

一湊にあるもう1つの恵比須像は屋久杉で作られており、「町えびす」として知られる小さな石の祠に祀られています。村人たちはこの恵比寿様に商売繁盛を祈願します。極めて貴重な屋久杉材を使用していることは、島民の恵比寿様への畏敬の念の現れです。

島の南東海岸にある麦生港を1体の木彫りの恵比寿様が見渡しています。その顔立ちの良さと鮮やかな彩色から、「美男恵比寿」として知られています。毎年1月10日にはこの恵比寿様の恵みとご加護に感謝し、海での安全と豊漁を祈願するお祭りが行われます。恵比須様は通常鯛を抱えていることが多いのですが、この恵比寿様はカツオを抱えています。これは、江戸時代（1603-1867）に鰹漁が盛んになった後、本土から恵比寿信仰が伝えられた際に見られるようになったものです。

トビウオ招きの踊り

「トビウオ招き」は、大漁を祈願するために永田集落で行われる女性たちによる伝統的な踊りです。お釈迦様の誕生日が祝われる旧暦の4月8日に、人々は浜辺でお釈迦様に祈り、その後、河口にある恵比寿様の祠を訪れます。女性の演者たちは、トビウオを召喚するために歌いながら、葉っぱや、菅の笠や、色のついた吹き流しで飾られた竹竿を振ります。この儀式に似たものは南方の奄美大島や台湾付近の島々でも見られます。この伝統的な踊りの実演は永田でトビウオ漁が衰えたときに途絶えましたが、観光客向けの催し物として最近復活してきました。

【タイトル】 亜熱帯植物

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

亚热带植物

从山顶的亚寒带植被到海岸沿线的亚热带植被，屋久岛的植物类型跨度广阔，丰富多样。这里也是小叶榕(*Ficus microcarpa*)等许多亚热带植物在日本生长的最北沿。

榕树

屋久岛最有名的当属屋久杉，但在岛屿的北部（一凑、志户子、宫之浦）、东部（安房、猿川），以及南部（麦生、小島、汤泊、中间）海岸沿线最为常见的是小叶榕，它们巨大的树形、无数的气根和错综复杂的树干同样引人注目。

志户子榕树园

志户子榕树园位于屋久岛北部沿海小村志户子旁，里面有棵巨大的榕树据说已经 500 多岁。在古老信仰中，人们认为灵魂栖息在榕树上，因此榕树在屋久岛是神圣的存在。这座占地 8695 平方米的公园里还有常绿桑科植物、常绿阔叶植物日本木姜子(*Litsea japonica*)等丰富的亚热带植物，并修有步道供游客轻松漫步。门票成人 240 日元，学生 120 日元。开放时间：8:30~17:00。

交通：从距离最近的志户子公交车站步行约需 7 分钟；驾车从安房港出发约 35 分钟，从宫之浦港出发约需 10 分钟，从屋久岛机场出发约需 25 分钟。

猿川榕树森林

占地面积 3990 平方米的猿川榕树森林与志户子榕树园截然不同，里面被茂密的植被和盘根错节的藤蔓覆盖，是一处鲜为人知的原始自然景观。在这热带丛林般的环境里徒步时，建议穿上合适的徒步鞋和长裤。

交通：从距离最近的烧酎川公交车站步行约需 10 分钟；驾车从安房港出发，沿 77 号县道往南行驶大约 6 公里，右转再开 300 米进山。

红树林

一排排红树在屋久岛西南部海岸的栗生川河口生长得十分繁茂，高潮位时，这一带完全被海水淹没。由于当地气候偏冷，本地原生品种秋茄(*Kandelia obovata*)树形比普通红树科植物略小，这里也是它们在岛上唯一的一处自然生长地。秋茄的种子挂在树枝上就可以发芽并继续生长。这片树林是屋久岛指定文化财产。

交通：从距离最近的栗生桥公交站步行约需 5 分钟；驾车从安房港出发约 45 分钟，从宫之浦港出发约 70 分钟，从屋久岛机场出发约 55 分钟。

花与果

在温暖的气候和丰沛的雨水滋养下，屋久岛上的木槿花生长旺盛，品种也繁不胜数。红花的扶桑（*Hibiscus rosa-sinensis*，又名朱槿）在道路旁盛开，黄花的海滨木槿（*Hamabo hibiscus*）在栗生的红树林边招展。到了秋季，还有淡粉色花的冲绳芙蓉（*Hibiscus makinoi*）绽放。此外，三角梅、鸡蛋花、鸡冠刺桐（*Erythrina crista-galli*）、比氏刺桐（*Erythrina x bidwillii*）这些花灌木则长年开花。

在岛屿东南侧麦生的屋久岛有用植物研究园里，除了亚热带花卉，还可以看到芒果、番石榴、杨桃等果树。公园门票成人 500 日元。开放时间：9:00~17:00。位于岛西南侧中间（地名）的屋久岛水果园提供果园导览服务，并出售各种果酱和果汁。门票成人 700 日元。开放时间：8:30~17:00。

交通：屋久岛有用植物研究园，从距离最近的植物园公交车站（ポタニカルパーク站）下车即达；驾车从安房港出发约 15 分钟，从屋久岛机场出发约 30 分钟。屋久岛水果园，从距离最近的中间公交车站步行约需 15 分钟；驾车从宫之浦港出发约 70 分钟，从屋久岛机场出发约 50 分钟。

<繁体字>

亞熱帶植物

從山頂的亞寒帶植被到海岸沿線的亞熱帶植被，屋久島的植物種類跨度廣闊，豐富多樣。這裡也是榕樹（*Ficus microcarpa*）等許多亞熱帶植物在日本生長的最北端。

榕樹

屋久島最有名的當屬屋久杉，但在島嶼的北部（一湊、志戶子、宮之浦）、東部（安房、猿川），以及南部（麥生、小島、湯泊、中間）海岸沿線最為常見的是榕樹，其巨大的樹形、無數的氣根和交錯的樹幹，足以與屋久杉比肩。

志戶子榕樹園

志戶子榕樹園位於屋久島北部沿海小村落志戶子附近，裡面有棵巨大的榕樹據說已經 500 多歲。在古老的信仰中，人們認為靈魂棲息在榕樹上，因此榕樹在屋久島是神聖的存在。這座占地 8695 平方公尺的公園內還有常綠桑科植物、常綠闊葉植物日本木薑子（*Litsea japonica*）等豐富的亞熱帶植物，並修建步道可供遊客輕鬆漫步。成人門票 240 日圓，學生票 120 日圓。開放時間：8:30~17:00。

交通：從距離最近的志戶子公車站步行約需 7 分鐘；開車從安房港出發約 35 分鐘，從宮之浦港出發約需 10 分鐘，從屋久島機場出發約需 25 分鐘。

猿川榕樹森林

占地面積 3990 平方公尺的猿川榕樹森林與志戶子榕樹園截然不同，裡面被茂密的植被和盤根錯節的藤蔓給覆蓋，是一處鮮為人知的原始自然景觀。在這熱帶叢林般的環境裡健行時，建議穿上合適的步鞋和長褲。

交通：從距離最近的燒酎川公車站步行約需 10 分鐘；開車從安房港出發，沿 77 號縣道往南行駛大約 6 公里，右轉再開 300 公尺進山。

紅樹林

一排排紅樹在屋久島西南部海岸的栗生川河口生長得十分繁茂，高潮位時，這一帶完全被海水淹沒。由於當地氣候偏冷，本地原生品種水筆仔（*Kandelia obovata*）樹形比普通紅樹科植物略小，這裡也是它們在島上唯一的一處自然生長地。水筆仔的種子掛在樹枝上就可以發芽並繼續生長。這片樹林是屋久島指定文化財產。

交通：從距離最近的栗生橋公交站步行約需 5 分鐘；開車從安房港出發約 45 分鐘，從宮之浦港出發約 70 分鐘，從屋久島機場出發約 55 分鐘。

花與果

在溫暖的氣候和豐沛的雨水滋養下，屋久島上的木槿花生長旺盛，品種也繁不勝數。紅色的扶桑花（*Hibiscus rosa-sinensis*，又名朱槿）在道路旁盛開，黃色的海濱木槿（*Hamabo hibiscus*，又名日本黃槿）在栗生的紅樹林邊茁壯成長。到了秋季，還有淡粉色的牧野氏山芙蓉（*Hibiscus makinoi*）綻放。此外，三角梅、雞蛋花、雞冠刺桐（*Erythrina crista-galli*）、珊瑚刺桐（*Erythrina x bidwillii*）等開花灌木則常年開花。

在島嶼東南側麥生的屋久島有用植物研究園裡，除了亞熱帶花卉，還可以看到芒果、芭樂、楊桃等果樹。公園的成人票為 500 日圓。開放時間：9:00～17:00。位於島西南側中間（地名）的屋久島水果園提供果園導覽服務，並販賣各種果醬和果汁。成人票為 700 日圓。開放時間：8:30～17:00。

交通：屋久島有用植物研究園，從距離最近的植物園公車站（ボタニカルパーク站）下車即可到達；開車從安房港出發約 15 分鐘，從屋久島機場出發約 30 分鐘。屋久島水果園，從距離最近的中間公車站步行約需 15 分鐘；開車從宮之浦港出發約 70 分鐘，從屋久島機場出發約 50 分鐘。

<日本語仮訳>

亜熱帯植物

屋久島の多様性に富んだ植生は、山頂部の亜寒帯植物から海岸線に沿った亜熱帯植物まで多岐にわたります。この島はガジュマル（*Ficus microcarpa*）など多くの亜熱帯種の日本における最北沿となっています。

ガジュマルの木

屋久島は、名高い屋久杉が最も有名です。しかし、北部（一湊、志戸子、宮之浦）、東部（安房、猿川）、そして南部（麦生、小島、湯泊、中間）の海岸に沿って見られるガジュマルは、その巨大さ、無数の気根、複雑に絡み合った幹の美しさで、屋久杉の魅力に比肩します。

志戸子ガジュマル公園

屋久島北部の小さな沿岸の集落、志戸子の近隣にある志戸子ガジュマル公園には、樹齢 500 年を超えると考えられている巨大なガジュマルが生えています。ガジュマルは屋久島では神聖で、古来より霊を宿していると信じられてきました。常緑のクワ科植物や、ハマビワ (*Litsea japonica*) 常緑広葉樹といった亜熱帯性の植物にあふれるこの 8,695 平方メートルの公園には、気軽に訪れやすいよう舗装された遊歩道があります。入場料金は大人 240 円、学生 120 円で、開園時間は午前 8:30 から午後 5:00 までとなっています。

アクセス：最寄りの志戸子バス停から徒歩約 7 分。車で安房港から約 35 分、宮之浦港から約 10 分、または屋久島空港から約 25 分

猿川ガジュマルの森

植物や絡み合った蔓が生い茂る 3,990 平方メートルの猿川ガジュマルの森は、志戸子ガジュマル公園とは対照的に、あまり知られていない手つかずの自然が残る場所です。このジャングルのようなエリアを歩くには、適切なハイキングシューズと長ズボンが推奨されています。

アクセス：最寄りの焼酎川バス停から徒歩約 10 分。安房から県道 77 号線を車で 6 キロメートルほど南下し、右折してさらに 300 メートル山中へと進みます。

マングローブの木

マングローブの木々は屋久島南西海岸の栗生川河口に繁茂しています。このエリアは満潮時には水没します。この場所の比較的寒冷な気候のため、在来種のメヒルギ (*Kandelia obovata*) は、一般的なマングローブよりも小さく、栗生の森はこの種がこの島で自然に生育する唯一の場所です。種子は木の枝からぶら下がった状態のまま発芽し、成長を続けます。なお、この林は屋久島の文化財に指定されています。

アクセス：最寄りの栗生橋バス停から徒歩約 5 分。車で安房港から約 45 分、宮之浦港から約 70 分、または屋久島空港から約 55 分

花と果物

屋久島には非常に多くの種類のハイビスカスが生育しており、温暖な気候と豊富な雨の中で繁栄しています。赤い花を咲かせるブツソウゲ (*Hibiscus rosa-sinensis*) は道端に沿って育ち、一方黄色い花を咲かせるハマボウ (*Hibiscus hamabo*) は栗生のマングローブ林周辺に繁茂しています。淡いピンク色のサキシマフヨウ (*Hibiscus makinoi*) の花は秋に咲きます。ブーゲンビリア、プルメリア、またアメリカデイゴ (*Erythrina crista-galli*) やサングシトウ (*Erythrina x bidwillii*) といった花を咲かせる低木も 1 年を通して咲いています。

島の南東側にある麦生の屋久島有用植物リサーチパークでは、亜熱帯の花々だけでなくマンゴー、グアバ、スターフルーツといった果物も見ることが可能です。入場は大人 500 円で、開園時間は 9:00 から 17:00 までとなっています。島の南西側にある中間の屋久島フルーツガーデンでは、ガーデンツアーを開催しており、フルーツジャムやジュースなどを販売しているお店があります。入場料は大人 700 円で、開園時間は 8:30 から 17:00 までとなっています。

アクセス：屋久島有用植物リサーチパークは最寄りのボタニカルパークバス停から徒歩すぐ。車で安房港から約 15 分、屋久島空港から約 30 分。屋久島フルーツガーデンは最寄りの中間バス停から徒歩約 15 分。車で宮之浦港より約 70 分、屋久島空港より約 50 分。

【タイトル】 屋久島の農業

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

屋久島の农业

屋久島有句古老的谚语：“海上十日，乡里十日，山间十日”，说的正是岛民出海捕鱼、村里务农、进山打猎和采集的生活。岛上的主要农产品是椪柑（椪音“碰”）和桶柑。

红薯种植

红薯，本地称“唐芋”(karaimo)。屋久岛的气候和地形不适合种水稻，因此红薯是岛上的主要农产品之一。红薯不仅被当作主食，也是本地酿制烧酒的主要原料。岛上有酒厂提供导览服务，向来访者展示这种蒸馏酒的酿造过程。

果园

椪柑滋味甘甜且易剥皮。岛上种植椪柑的历史始于1924年，当时屋久岛南部下屋久村的村长黑葛原兼成(1868-1951)为了振兴全岛的农业，从台湾订购了300棵椪柑树苗开始种植。10年后，椪柑首次在日本栽培成功。1970年前后，屋久岛又引进了椪柑与脐橙杂交而成的桶柑，它比椪柑更甜、更多汁。

椪柑和桶柑主要生长在岛上的麦生、原、尾之间、平内以及永田等南部地区。这里气候温和，年平均气温在19°C~20°C，且昼夜温差大，能为这两种柑橘提供适宜的生长环境。屋久岛现在是这两种柑橘最具代表性的产地，2019年共出产椪柑299吨、桶柑715吨。椪柑的收获季节是12月至次年1月间，桶柑则在2~3月间摘收。

十五夜纲引祭：一凑农渔拔河大会

屋久岛的村庄每年农历八月十五满月夜都要举行“十五夜纲引祭”，即拔河大会。传说这里的拔河绳象征着龙神，拔河也不是竞赛，而是一场净化身心的仪式。这一庆典对每个村子的意义都不一样，一凑拔河大会的特色是祈求渔获、田地和果园都能丰收。

节日当天清早，村民代表就要砍斫藤蔓、收集荻草制作绳子。绳子粗约30厘米，长达70米。月亮升起后，先要举行一场仪式将绳子献给中秋的满月。参加者不论男女老幼，分成两支队伍，一队代表农作物丰收，一队代表渔获满舱。两队轮流，边慢慢拉绳子边用同样的旋律反复吟唱民谣。月上中天之时，拔河比赛正式开始。名义上这是一场胜负战，决定村里明年是庄稼有好收成还是打渔能满载而归，但在一凑，总是以平局结束。如果绳子断了，就将它围起来作相扑圈，村里的孩子和年轻人们玩起相扑，为乡亲们的健康和快乐祈祷。

<繁体字>

屋久島の農業

屋久島有句諺語：「海上十日，郷里十日，山間十日」，說的正是島民出海捕魚、村裡務農、上山打獵和採集的生活。島上的主要農產品是椪柑（椪音「碰」）和桶柑。

地瓜種植

地瓜，本地稱「唐芋」（karaimo）。屋久島の氣候和地形不適宜種水稻，因此地瓜是島上的主要農產品之一。地瓜不僅被當作主食，也是本地釀製燒酒的主要原料。島上有提供酒廠導覽服務，向遊客展示蒸餾酒的釀造過程。

果園

椪柑滋味甘甜且易剝皮。屋久島種植椪柑的歷史始於1924年，屋久島南部的下屋久村村長黑葛原兼成（1868-1951）為了振興全島の農業，從台灣訂購了300株樹苗。10年後，椪柑首次在日本栽培成功。1970年前後，屋久島又引進了椪柑與臍橙雜交而成的桶柑，比椪柑更甜、更多汁。

椪柑和桶柑主要生長在島上的麥生、原、尾之間、平內以及永田等南部地區。這裡氣候溫和，年平均氣溫在19°C~20°C，且晝夜溫差大，能為這兩種柑橘提供適宜的生長環境。屋久島現在是這兩種柑橘最重要的產地，2019年共出產椪柑299噸、桶柑715噸。椪柑的收穫季節是12月至次年1月間，桶柑則在2~3月間摘收。

十五夜綱引祭：一湊農漁拔河大會

屋久島の村莊每年農曆八月十五滿月夜都要舉行「十五夜綱引祭」，即拔河大會。傳說這裡的拔河繩象徵著龍神，因此拔河也並非競賽，而是一場淨化身心的儀式。這一慶典對每個村落的意義都不盡相同，一湊拔河大會的特色是祈求漁獲、田地和果園都能豐收。

節日當天清早，村民代表就要剪斷藤蔓和蒲葦，製作繩子。繩子約30公分粗，長達70公尺。月亮升起後，先要舉行一場儀式將繩子獻給中秋的滿月。參加者不論男女老幼，分成兩支隊伍，一隊代表農作物豐收，一隊代表漁獲滿倉。兩隊輪流慢慢拉繩子，同時用同樣的旋律反覆吟唱民謠。月上中天之時，拔河比賽正式開始。名義上這是一場勝負戰，決定村裡明年是莊稼豐收或是漁獲滿倉，但在一湊，總是以平局結束。如果繩子斷了，就將它圍起來作相撲圈，村裡的孩子和年輕人們玩著相撲，為鄉親們的健康和快樂祈禱。

<日本語仮訳>

屋久島の農業

屋久島には「海に10日、里に10日、山に10日」という古いことわざがあります。島の人々は海で漁をし、里で農作業をし、山で狩猟や採集を行います。ポンカンとタンカンが島の主要な農産物です。

サツマイモ農場

地元で「からいも」と呼ばれサツマイモは、気候や地形が稲作に不向きなことが主な理由で、屋久島の主要な農産物の 1 つとなっています。サツマイモは主食であるだけでなく、地元の焼酎の主原料でもあります。島の醸造所では、この蒸留酒がどのように作られるかを紹介するツアーを提供しています。

果樹園

ポンカンやタンカンは甘く、皮をむくのも簡単です。ポンカンの栽培は、1924年に、当時屋久島南部の下屋久村の村長であった黒葛原兼成（1868-1951）が、島の農産物を活性化させるために台湾から苗木 300 本を取り寄せて植えたときから始まりました。その後 10 年の歳月を経て、日本で初めてのポンカン栽培に成功したのです。さらに甘く、果汁の多い、ポンカンとネーブルオレンジの交配種であるタンカンは、1970 年頃に屋久島に導入されました。

ポンカンやタンカンは、麦生、原、尾之間、平内、また永田といった、温暖な島の南部で主に栽培されています。昼夜の大きな温度差と、19 から 20℃という年間平均気温が、これらの品種に適した条件を提供しています。屋久島は現在、この両品種の代表的な生産地で、2019 年には 299 トンのポンカンと 715 トンのタンカンを生産しました。ポンカンは 12 月から 1 月にかけて収穫され、一方タンカンは 2 月から 3 月にかけて収穫されます。

十五夜綱引き祭り：一湊の農業対漁業大会

屋久島の各集落は、太陰暦の 8 月 15 日の中秋の名月（十五夜）の夜に、「十五夜綱引き」が行われます。この綱は龍神を表すと言われ、またこの綱引きは「勝負」ではなく、心身を清めるための儀式なのです。この祭りの背景にある象徴的意味は集落ごとに異なります。一湊のそれは、綱引きが豊漁と田畑や果樹園の豊作を祈願するために行われるという点で特徴的です。

祭りの朝、村の代表者たちはつるやススキを切り、綱を作ります。この綱の太さは 30 センチほど、長さは 70 メートルほどあります。月が昇ると、中秋の名月に綱を奉納する儀式が執り行われます。多種多様な年齢の参加者で、片方は豊作を、もう片方は豊漁を表す 2 つのチームを作り、繰り返される同じ旋律に合わせて民謡を歌いながら綱を交互にゆっくりと引きます。満月が空高く昇ると、綱引き大会が始まります。本来は、その集落が翌年豊作になるか豊漁になるかをこの勝負が決めると言われていますが、一湊では結果はいつも引き分けに終わります。綱は切れた場合には土俵の輪として使われ、子供や若者たちが相撲をとって、集落の人々の心身の健康を祈願します。

【タイトル】 薬草

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>**药草**

屋久島の亚热带土壤中生长着许多药草，因此屋久岛也被称作药岛。“屋久”在日语中的发音和“药”相同，都是“yaku”。

根据江户时代(1603-1867)的书籍《楠川文书》记载，岛上很早就开始种植一种姜黄属植物——莪朮（莪音“鹅”，朮音“竹”）。这味药草被用在治疗肠胃疾病的“惠命我神散”中，由楠川的一家药厂出品，行销全日本。目前药厂提供30~50分钟的参观活动，向来访者展示该药品的制作工序。

药草也是岛民日常饮食中的重要材料。比如岛上的人气小吃“かからん(kakaran)团子”就是用菝葜（音“拔掐”）叶包裹的艾草味团子。日语中，这种叶子的发音和“不得”病（かからない，kakaranai）谐音，本地人相信，吃了这种叶子包裹的团子就不必看医生。屋久岛上其他可日常食用的药用植物还有红凤菜、滨海前胡（一种前胡属草本，可加入味噌汤）、艳山姜（因可用来给茶调味而备受欢迎）等等。

<繁体字>**藥草**

屋久島的亞熱帶土壤中生長著許多藥草，因此它又被稱作藥島。「屋久」在日語中的發音和「藥」相同，都是「yaku」。

根據江戶時代（1603-1867）的書籍《楠川文書》記載，島上很早就開始種植一種薑黃屬植物——莪朮（莪音「鵝」，朮音「竹」）。這味藥草被用在治療腸胃疾病的「惠命我神散」中，由楠川的一家藥廠出品，行銷全日本。目前藥廠提供約30-50分鐘的參觀活動，向遊客展示該藥品的製作工序。

藥草也是島民日常飲食中的重要材料。比如島上的人氣小吃「かからん(kakaran)團子」就是用菝葜（音「拔掐」）葉包裹的艾草味團子。日語中，這種葉子的發音和「不得」病（かからない，kakaranai）諧音，本地人相信，吃了這種葉子包裹的團子就不必看醫生。屋久島上其他可日常食用的藥用植物還有水前寺菜（紅鳳菜）、牡丹防風（一種前胡屬草本，可加入味噌湯）、月桃（因可用來給茶調味而備受歡迎）等。

<日本語仮訳>

薬草

屋久島の亜熱帯土壌には薬草が繁茂しているため、この島には「薬の島」という名前がつきました。「ヤク (Yaku) 」は日本語で「薬 (Yaku) 」を表す言葉の同音異義語です。

屋久島では、江戸時代 (1603-1867) の文書、『楠川文書』にも記録されているように、昔からウコンの一種であるガジュツ (莪朮) が栽培されてきました。ガジュツの根は胃腸障害のために服用される植物薬の一種、「恵命我神散」に使われており、楠川の工場で製造され、日本全国に出荷されています。この工場では薬の製造工程を紹介する 30 分から 50 分のツアーを提供しています。

薬草はまた、島民の毎日の食生活の大きな一部でもあります。サルトリイバラの葉に包まれたよもぎ味の団子「かからん団子」は、屋久島で人気のおやつです。「かからん」とはこの葉のことを指す地元の言葉ですが、病気に「かからない」という日本語の言葉遊びから、地元の人々はこれを食べれば医者を目指させないと言います。その他、屋久島で食されている薬用植物には、スイゼンジナ、みそ汁に加えられるボタンボウフウの一種、そしてお茶に加えるのに人気のゲットウなどがあります。

【タイトル】 屋久島の樹林

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>**屋久島の樹林****常绿阔叶林带 (0~1000 米)**

屋久島の山地包括外侧的前岳山脉和内侧的奥岳山脉。前岳更靠近村落，海拔接近 800 米，大部分被日本最大的常绿阔叶林（照叶林）覆盖。常绿阔叶树的特征是叶片平滑光泽，主要生长在安房川、田代和西部林道等海岸线附近的暖温带地区。

低海拔地区的树林里生长着日本山毛榉、红橡、小叶栲、日本石柯(*lithocarpus edulis*)，以及樟科的樟树、红楠等树种，此外，还有日本最结实的硬木料——金缕梅科的蚊母树 (*Distylium racemosum*)。海岸地区则生长着乌冈栎(*Quercus phillyreoides*)和圆头叶桂 (*Cinnamomum daphnoides*)这些常绿植物。

日本柳杉林带 (800~1800 米)

日本柳杉林带海拔 800~1200 米，这里属于常绿阔叶林和杉林的混合林。海拔较高、气候较凉爽的地带生长着冷杉、云杉、日本扁柏（桧木）等针叶树，以及常绿阔叶的昆栏树、落叶阔叶树刺楸和紫茎。大树倒下后阳光充足的地方是刺楸和紫茎的理想生长环境。海拔 1600 米以上的寒温带区域，可以看到屋久岛谷精草、屋久岛花毛茛和屋久岛茄科植物等多种原生植被。

竹草原带 (1800~2000 米)

竹草原带风大而寒冷，不适宜杉树和其他高大树种生长，代表性植物是矮竹、屋久岛杜鹃、山矾和马醉木。竹林间还生长着屋久岛蓟、石楠雁皮(*Daphnimorpha kudoii* (Makino) Nakai)、穗躑躅以及众多本地原生植物。5、6 月间，遍野皆是屋久岛杜鹃粉色和白色的钟形花朵。

赏林好去处：西部林道

总长 20 公里的西部林道是一条车道，穿越好几个植物带，可以一次揽尽从亚热带到山顶的物种。方圆 107.47 平方公里内的垂直植被分布，是屋久岛被列入联合国世界自然遗产地的重要因素之一，西部林道约有 15 公里被划入其中。在这条道上可以看见巨大的小叶榕和雀榕树(*Ficus superba* var. *japonica*)。西部林道是本世界遗产中唯一可以驱车进入的地段。道路两旁是成列的常绿树，有一段被称作“绿隧道”，因公路如同被枝叶相连的茂密树冠环

抱得名。秋季，绿叶和亚热带植物又交织出一幅色彩缤纷的画卷。在这一段路上还有机会看到成群栖息于此的屋久岛猕猴，但请注意不要喂食。

交通：驾车从安房港出发至栗生入口约 70 分钟，从宫之浦港出发至永田入口约 45 分钟，从屋久岛机场出发至永田入口约 60 分钟。

屋久杉森林乐园(Yakusugi Land)

这片森林位于海拔约 1000 米的高处，占地面积 2.7 平方公里。林中不仅有铁杉、冷杉、屋久杉、名字独特的日本柳杉，还有苔藓和其他随着海拔高度而变化的植被，它们和清澈无污染的溪流共同构成了此处美景。园中的 5 条徒步线路，长度各不相同，走完分别需要约 30、50、80、150、210 分钟，可供不同能力的徒步者选择。每条路线的起点和终点都设在同一处。最长一条徒步路线通往太忠岳山顶，往返大约需要 8 小时。选择较长的步道时，建议穿着登山靴。

交通：距离最近的公交车站是纪元杉方向的屋久杉森林乐园站（ヤクスギランド站，每日 2 班）；驾车从安房港出发约 35 分钟，从宫之浦港出发约 60 分钟，从屋久岛机场出发 45 分钟。

<繁体字>

屋久島的樹林

常綠闊葉林帶（海拔 0~1000 公尺）

屋久島的山脈包括外側的前岳山脈和內側的奧岳山脈。前岳更靠近聚落，海拔接近 800 公尺，大部分被日本最大的常綠闊葉林（照葉林）覆蓋。常綠闊葉樹的特徵是葉片平滑光澤，主要生長在安房川、田代和西部林道等海岸線附近的暖溫帶地區。

低海拔地區的樹林裡生長著日本山毛櫸、紅橡、小葉栲、日本石柯（*lithocarpus edulis*），樟科的樟、紅楠等樹種，以及日本最結實的硬木料——金縷梅科的蚊母樹（*Distylium racemosum*）。海岸地區的樹種有常綠的烏岡櫟（*Quercus phillyreoides*）和圓頭葉桂（*Cinnamomum daphnoides*）。

日本柳杉林帶（海拔 800~1800 公尺）

日本柳杉林帶位於海拔 800~1200 公尺間，這裡屬於常綠闊葉林和杉林的混合林。海拔較高、氣候較涼爽的地帶生長著冷杉、雲杉、日本扁柏（檜木）等針葉樹，以及常綠闊葉的昆欄樹、落葉闊葉樹刺楸和紫莖。大樹倒下後陽光充足的地方是刺楸和紫莖的理想生長環境。海拔 1600 公尺以上的冷溫帶區域，可以看到屋久島穀精草、屋久島花毛茛和屋久島茄科植物等多種原生植被。

竹草原帶（海拔 1800~2000 公尺）

竹草原帶風大而寒冷，不適宜杉樹和其他高大樹種生長，代表性植物是矮竹、屋久島杜鵑、山礬和馬醉木。竹林間還生長著屋久島薊、石楠雁皮（*Daphnimorpha kudoii* (Makino) Nakai）、穗躑躅以及眾多本地原生植物。5、6 月間，遍野皆是盛開著粉色和白色鐘形花朵的屋久島杜鵑。

賞林好去處：西部林道

總長 20 公里的西部林道是一條車道，穿越好幾個植物帶，可以一次看盡從亞熱帶到山頂的物種。方圓 107.47 平方公里內的垂直植被分佈，是屋久島被列入聯合國世界自然遺產地的重要因素之一，西部林道約有 15 公里被劃入其中。在這條道上可以看見巨大的榕樹和雀榕樹（*Ficus superba* var. *japonica*）。西部林道是本世界遺產中唯一可以開車進入的地段。道路兩旁是成列的常綠樹，有一段被稱作「綠隧道」，因公路如同被枝葉相連的茂密樹冠環抱得名。秋季，綠葉和亞熱帶植物交相輝映，營造出色彩繽紛的景觀。在這一段路上還有機會看到成群棲息於此的野生猴，但請注意不要餵食。

交通：開車從安房港出發至栗生入口約 70 分鐘，從宮之浦港出發至永田入口約 45 分鐘，從屋久島機場出發至永田入口約 60 分鐘。

屋久杉森林樂園（Yakusugi Land）

這片森林位於海拔約 1000 公尺的高處，占地面積 2.7 平方公里。林中不僅有鐵杉、冷杉、屋久杉、名字獨特的日本柳杉，還有苔蘚和其他隨著海拔高度而變化的植被，它們和清澈無污染的溪流共同構成了這處美景。園中的 5 條健行路線，長度各不相同，走完分別需要約 30、50、80、150、210 分鐘，可供體能不同的徒步者選擇。每條路線的起點和終點都設在同一處。最長的一條健行路線通往太忠岳山頂，往返需要 8 小時左右。選擇較長的步道時，建議穿著登山鞋。

交通：距離最近的公車站是紀元杉方向的屋久杉森林樂園站（ヤクスギランド站，每日 2 班）；開車從安房港出發約 35 分鐘，從宮之浦港出發約 60 分鐘，從屋久島機場出發約 45 分鐘。

<日本語仮訳>

屋久島の樹林

照葉樹林帯（0-1,000m）

屋久島の山地は、前岳という外側の山々と、奥岳という内側の山々で構成されています。集落に近い前岳山群は標高約 800 メートルに達し、その大部分は日本最大の照葉樹林で覆われています。光沢があり光を反射する葉が特徴のこの常緑広葉樹は、安房川、田代、および西部林道沿いなど、海岸の温帯地域に生育しています。

標高の低い林には、ブナ、アカガシ、ツブラジイ、およびマテバシイ（*lithocarpus edulis*）などや、またクスノキ科の樹木であるクスノキやタブノキ、そして日本で最も丈夫な硬材であるマンサク科のイスノ

キ (*Distylium racemosum*) などがあります。沿岸部には常緑のウバメガシ (*Quercus phillyreoides*) やマルバニツケイ (*Cinnamomum daphnoides*) が生育しています。

杉樹林帯 (800 – 1,800m)

海拔 800 から 1,200 メートル付近の杉樹林帯には、照葉樹と杉が混在して生育しています。モミ、トウヒ、ヒノキなどの針葉樹や、常緑広葉樹のヤマグルマ、落葉広葉樹のハリギリ、そしてナツツバキなどが寒冷な気候の標高の高い場所に生育しています。ハリギリやナツツバキなどは、大木が倒れた日当たりの良い場所に育成しています。ヤクシマホシクサ、ヤクシマキンポウゲ、および屋久島のナス科の植物といった自生植物は、標高 1,600 メートルから上方の冷温帯に見られます。

竹草原帯 (1,800 – 2,000m)

風が強く寒いため、杉や背の高い植物には不向きなこの竹草原帯では、笹のほか、ヤクシマシャクナゲ、ハイノキ、アセビなどが主に群生しています。また、笹の間には、ヤクシマアザミやシャクナンガンピ (*Daphnimorpha kudoii* (Makino) Nakai)、ホツツジをはじめとする多彩な在来植物も存在しています。5月と6月には、ピンクや白のベル型をしたヤクシマシャクナゲがこのエリアをちりばめます。

樹林を見るには

西部林道

全長約 20 キロメートルに及ぶ西部林道は、亜熱帯の植物から山頂で見られる種まで、多彩な植物が生育するエリアを通り抜ける車両通行が可能な道路です。屋久島の植生の垂直分布は、島の 107.47 平方キロメートルがユネスコの世界自然遺産に指定される理由のひとつとなりました。西部林道は約 15km が世界自然遺産地域に含まれており、そこにはガジュマルやアコウ (*Ficus superba* var. *japonica*) などの巨木があります。西部林道は世界遺産エリアの中では唯一車でアクセス可能な場所です。沿道には常緑樹が並び、「緑のトンネル」と呼ばれる部分は、枝葉によって作り出される天蓋のような効果からその名がつけました。秋には、緑の葉と亜熱帯の植物が混じり合い、思わず目を奪われる色彩の景観が広がります。また、この地域は野生のヤクザルの群が重なり合って生活しているため、路上でくつろぐ姿も見られますが、エサを与えたり手を出したりはしないでください。

アクセス：車で安房港から栗生入口まで約 70 分、宮之浦港から永田入口まで約 45 分、または屋久島空港から永田入口まで約 60 分

ヤクスギランド

この 2.7 平方キロメートルの森は標高約 1,000 メートルに立地しています。それは、澄み切った清らかな小川に加えて、ツガやモミ、屋久杉、独特な名前を持つ杉、そして苔など、標高と共に変化する植物の風景です。長さの異なる 5 つの登山コース、それぞれ 30 分、50 分、80 分、150 分、210 分がかかりますが、様々なレベルの登山者のために用意されています。どのコースも入り口と出口は同じであり、最も長いコースは太忠岳へ行くことができますが、往復で約 8 時間がかかります。比較的長いコースを選ぶ場合は、登山靴の着用をお勧めします。

アクセス：最寄りのバス停は紀元杉行きของクスギランドになります（1日2便運行）。車で安房港から約35分、宮之浦港から約60分、または屋久島空港から約45分

【タイトル】 屋久杉の生態

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

屋久杉の生態

在屋久岛上，只有树龄超过千年的日本柳杉(*Cryptomeria japonica*)才能被称为“屋久杉”，低于这个年龄的都叫“小杉”。1966年发现的“绳文杉”是已知最大的一棵屋久杉，推测树高达25.3米，树干周长16.4米，1984年的一项研究认为它至少已经生长了2170多年。屋久杉扎根的土层厚度仅1~2米且相当贫瘠，严酷的生长环境使得它们把根系伸展得极广。

生长条件

构成屋久岛的主体是花岗岩，岩层上只有薄土覆盖。屋久杉植根于花岗岩土层里，由于缺乏营养，生长速度极为缓慢。多雨和高湿度弱化了光合作用，使得它的年轮间距比日本本土的柳杉更为紧密。不过，慢速生长增强了树木的耐久性，也提高了树脂含量，延缓了树木老化，令它们拥有更长的寿命。覆盖在屋久杉上的苔藓可以把吸收到的水分提供给树木，从而弥补了屋久杉根系供水不足的弱点。

森林再生

日本柳杉不会在荫蔽的森林地面上萌芽，相反，它们生长在阳光充足的地方，例如被塌方摧毁或是树林中被台风吹倒一片的地方。周围杉树上的种子落在倒木树桩上不断发出新芽来，这就是“倒木更新”现象。比起地面土壤，倒下的树木能供给种子更多的养分，足以促发萌芽生长。白谷云水峡的“二代大杉”就是典型的例子，新杉以一截巨大的空心杉树为营养木，在其残桩上发芽生长，继而挺立在老杉四处蔓延的粗壮根系上。

砍伐留下的树桩上同样也能长出新杉，这个过程叫“切株更新”。屋久岛上有些切株更新的杉树树龄可以上溯至江户时代(1603-1867)。屋久杉森林乐园里的一棵“孪生杉”就是在一截树桩上长出的两棵同样粗细的新杉。在安房步道上的“三代杉”上，可以同时看到“倒木更新”和“切株更新”两种情况。大约2000年前，第一代杉树倒下后，第二代杉树在它上面茁壮成长。差不多1000年后，二代杉被砍伐，现在所见的第三代杉树已经在第二代的树桩上生长了约500年。就这样周而复始，代代相传了大约3000年。前两代杉树也尚未完全腐烂，膨大的树根属于第二代杉树，而巨大的空心残木则属于第一代杉树。“三代杉”展示了几棵杉树虽交缠纠结，却又各自清晰可辨的景象，仿佛青苔苍苍的老树在讲述它们的历史，新生的幼树则展示着其年轻的生命力。

附生植物

附生植物是指那些不在地面生长，而是攀援在其他植物上的植物。日本柳杉为附生植物提供了绝佳的繁殖地，因为雨水和树上的苔藓为它们提供了适宜的水分和养分。仅“绳文杉”上就长了 13 种木本植物，其中包括大武杜鹃、阴地杜鹃、昆栏树、柳杉和花楸。植物以这种方式相互依附很常见，树上长树却十分罕有，由此可见屋久岛的附生植物不同寻常之处。

<繁体字>

屋久杉的生態

在屋久島上，只有樹齡超過千年的日本柳杉（*Cryptomeria japonica*）才能被稱為「屋久杉」，樹齡低於千年的則叫「小杉」。1966 年發現的「繩文杉」是已知最大的一棵屋久杉，推測樹高達 25.3 公尺，樹幹周長 16.4 公尺，1984 年的一項研究認為它至少已經生長了 2170 多年。屋久杉紮根的土層厚度僅 1~2 公尺且土壤相當貧瘠，嚴酷的生長環境使得它們把根系伸展得極廣。

生長條件

構成屋久島的主體是花崗岩，岩層上只有薄土覆蓋。屋久杉紮根於花崗岩土層裡，由於缺乏營養，生長速度極為緩慢。多雨和高濕度弱化了光合作用，使得它的年輪間距比日本本土的柳杉更為緊密。不過，慢速生長增強了樹木的耐久性，也提高了樹脂含量，延緩了樹木老化，讓它們擁有更長的壽命。覆蓋在屋久杉上的苔藓可以把吸收到的水分提供給樹木，從而彌補了屋久杉根系供水不足的弱點。

森林再生

日本柳杉不會在陰暗的森林地面上萌芽，相反，它們生長在陽光充足的地方，例如被塌方摧毀或是樹林間被颱風吹倒一片的地方。周圍杉樹上的種子落在倒木樹樁上不斷發出新芽來，這就是「倒木更新」現象。比起地面土壤，倒下的樹木能供給種子更多的養分，促發種子萌芽生長。白谷雲水峽的「二代大杉」就是典型的例子，新杉以一截巨大的空心杉樹為營養來源，在其殘樁上發芽生長，繼而挺立在老杉四處蔓延的粗壯根系上。

砍伐留下的樹樁上同樣也能長出新杉，這個過程叫「切株更新」。屋久島上有些切株更新的杉樹樹齡可以上溯至江戶時代（1603-1867）。屋久杉森林樂園裡的一棵「孿生杉」就是長在一截樹樁上的兩棵同樣粗細的新杉。在安房步道上的「三代杉」上，可以同時看到「倒木更新」和「切株更新」兩種情況。大約 2000 年前，第一代杉樹倒下後，第二代杉樹在其上茁壯成長。再經過約 1000 年，二代杉被砍伐，現在所見的第三代杉樹已經在砍伐的樹樁上生長了約 500 年。就這樣周而復始，代代相傳了大約 3000 年。前兩代杉樹也尚未完全腐爛，膨大的樹根屬於第二代杉樹，而巨大的空心殘木則屬於第一代杉樹。「三代杉」展示了幾棵杉樹交纏糾結，卻又各自清晰可辨的景象，彷彿青苔蒼蒼的老樹在講述它們的歷史，新生的幼樹則彰顯著青春的生命力。

附生植物

附生植物是指那些不在地面生長，而是攀援在其他植物上的植物。日本柳杉為附生植物提供了絕佳的繁殖地，因為雨水和樹上的苔蘚為它們提供了適宜的水分和養分。僅「繩文杉」上就長了13種木本植物，其中包括大武杜鵑、陰地杜鵑、昆欄樹、柳杉和花楸。植物以這種方式相互依附相當常見，但樹上長樹卻十分罕有，由此可見屋久島附生植物與眾不同之處。

<日本語仮訳>

屋久杉の生態

「屋久杉」は、屋久島にある樹齢1,000年以上の杉（*Cryptomeria japonica*）に与えられる呼称で、それよりも若い樹木は「小杉」と呼ばれます。1966年に発見された「繩文杉」は、知られている中では最も大きい屋久杉で、推定樹高は25.3メートル、幹周は16.4メートルあります。1984年の調査によれば、樹齢は少なくとも2,170年以上と考えられています。養分の少ない1~2メートルの薄い土の層を含む厳しい生育条件が影響して、屋久杉は広く根を伸ばしています。

生育条件

屋久島は大部分が花崗岩でできており、薄い表土が岩盤を覆っているだけです。屋久杉はこの花崗岩の土壌に根を張り、土壌の栄養分が少ないため非常にゆっくりと生長します。また、降雨量の多さや高い湿度が光合成を低下させ、その結果、年輪の間隔が本土の杉よりも狭くなります。ゆっくりとした生長は木の耐久性を高め、樹脂を多く含有することにつながり、結果として腐りにくく、長寿命の木が育つのです。屋久杉に生えている苔は水分を吸収して木に供給し、根から得られる限られた水分量を補っています。

森林の再生

杉は、林床が深く陰になった場所では芽を出すことができません。むしろ、日当たりの良い場所、たとえば土砂崩れや台風で樹々が倒れてしまったような場所で育ちます。周囲の樹木から倒木の根株に落ちたスギの種子は、しばしば「倒木更新」と呼ばれるプロセスで発芽しますが、実は倒木の方が地面の土壌よりも多くの栄養分を供給するため、しっかりとした生長を可能にします。白谷雲水峡の「二代大杉」は、巨大な中空の倒木の根株の上に新しい杉が育った例で、見事に広がった太い根の上に二代目の樹木がそびえ立っています。

新しい杉は伐採された木々の切り株の上でも成長します。これを「切り株更新」と呼びます。屋久島の切り株更新の木々のいくつかは、江戸時代（1603-1867）にまで遡ります。ヤクスギランドで見られる「双子杉」は、1本の切り株に太さの似た若い杉が2本生えている例です。安房歩道沿いの「三代杉」では、倒木更新と切り株更新の両方が見られます。2,000年ほど前に初代の木が倒れた後、その上に二代目の木が育ち、樹齢1,000年の時に伐採されました。現在、切り株の上に生えている三代目の木は、樹齢約500年で、約3,000年続くライフサイクルをつないでいます。最初の二世代の木々は完全に朽ち果ててはいません。肥大した根は二代目の木に属し、大きな中空の残骸は初代

の木のもので、三代杉は、何本もの木が絡み合っても見分けることができることを示しており、苔に覆われた古い木には重ねてきた年月が、そして新しい木には成長力と若々しさを感じられます。

着生植物

着生植物とは、地面よりも他の植物の上で生育する植物のことです。杉は雨や苔の覆いが水分と養分を供給してくれるため、着生植物の絶好の繁殖地となっています。縄文杉だけでも、サクラツツジ、ヒカゲツツジ、ヤマグルマ、杉、ナナカマドなど 13 種類の草木を養っています。このような形で草花が互いに付着するのは一般的なことですが、樹木ではそうではありません。そのため、屋久島の着生植物は特殊な現象であると言えます。

【タイトル】 屋久島の動物

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

屋久島の動物

屋久島面积仅 500 平方公里，却是众多种类动物的家园。岛上有许多本地独有的动物品种，受地理和环境的影响，岛上的哺乳类动物比日本本土的同种体型更小。

哺乳类

生活在岛上森林里的哺乳动物共有 17 个种类和 4 个亚种，其中包括屋久岛猿（*Macaca fuscata yakui*，日本猕猴屋久岛亚种）、屋久鹿（*Cervus nippon yakushimae*，梅花鹿屋久岛亚种）等。屋久岛不同于日本一些其他地域，这里没有熊、野猪和狐狸，岛上的猴子和鹿没有遭受大型掠食动物袭击的危险，这也许就是造成它们体型偏小的原因之一。与此同时，这里与亚洲大陆及日本本土隔绝，很容易发生食物短缺，为了尽可能地利用有限资源繁衍种群，岛上动物的体型越变越小。此外，营养成分相对较高的食物也可能带来更高的代谢率，从而限制了鹿的生长。

屋久岛猿毛色深灰，黑手黑脚。它们的毛发比本土的日本猕猴更丰厚，可以在较高海拔地区的冬季保暖。它们栖息的树林遍布全岛，但主要集中在海岸到海拔 800 米左右的温带常绿阔叶林带。当它们在海岸或村落时，以雀榕和小叶榕的坚果为食，在山林里时，则用小叶栲和红橡的坚果充饥。

海拔 1200 米左右的温带常绿阔叶林和杉林中都可见到屋久鹿的身影。它们全身深褐色，以树皮、嫩枝和坚果为食。

西部林道沿途可以看到猿猴和鹿，它们其实已经适应了人类的存在。来访者需谨记切勿喂食，以免扰乱动物的自然觅食周期。

鸟类

屋久岛确认存在的 168 个鸟类品种中，有两个亚种为岛上独有，它们是松鸦屋久岛亚种(*Garrulus glandarius orill*)和杂色山雀屋久岛亚种(*Parus varius yakushimensis*)。岛上的茂密森林给观鸟带来阻碍，但大部分的鸟类并不在山林里，而是活跃在海拔较低的地区。春季和秋季，许多候鸟都会在屋久岛歇脚，其中包括灰脸鵟(*Butastur indicus*)和戴胜(*Upupa epops*)等稀有鸟类。麻雀会从本土飞来，但不在屋久岛筑巢。

皋月吊桥另一边的白谷云水峡原始森林中的步道沿线是岛上最佳观鸟点之一。此外，拥有花岗岩巨石和碧绿水潭的横河溪谷十分幽静，也适合观鸟。

昆虫

屋久島上有 3000 多种昆虫，其中绝大部分在本土的九州島上也有发现。屋久島是若干昆虫品种生活的最北沿，低海拔的山地和海岸地区生活着多种南方昆虫。島上有 147 种天牛及其他珍稀昆虫。若碰到西南风或台风，蝴蝶和蜻蜓会从附近的吐噶喇和奄美群島，甚至更远的台湾、菲律宾和中国大陆飞来，因为迷路而短暂光顾屋久島。稀有的白底金灰蝶 (*Thermozephyrus ataxus*) 是屋久島原生品种，只有 7、8 月间，在屋久杉森林乐园、小杉谷、花之江河等海拔 600~1300 米的地方才能见到。白谷云水峡是一个可以观察到大多数昆虫的好去处，大川瀑布则是观赏蜻蜓的热门地。

<繁体字>

屋久島的動物

屋久島面積僅 500 平方公里，卻是眾多種類動物的家園。島上有許多本地獨有的動物品種，受地理和環境的影響，島上的哺乳類動物比日本本土的同種體型更小。

哺乳類

生活在島上森林裡的哺乳動物共有 17 個種類和 4 個亞種，其中包括屋久島猿 (*Macaca fuscata yakui*，日本獼猴屋久島亞種) 和屋久鹿 (*Cervus nippon yakushimae*，梅花鹿屋久島亞種)。屋久島森林與日本其他地域的不同點在於沒有熊、野豬和狐狸生活其中，島上的猿猴和鹿沒有遭受大型掠食動物襲擊的危險，這也許是造成牠們體型偏小的原因之一。與此同時，這裡與亞洲大陸及日本本土隔絕，很容易發生食物短缺，為了最大程度利用有限的資源繁衍種群，島上動物的體型越變越小。此外，營養成分相對較高的食物也可能帶來更高的代謝率，從而限制了鹿的生長。

屋久島猿毛色深灰，黑手黑腳。牠們的毛髮比本土的日本獼猴更豐厚，可以在較高海拔地區的冬季提供保暖的作用。屋久島猿生活的樹林遍佈全島，但主要集中在海岸到海拔 800 公尺左右的溫帶常綠闊葉林帶，在聚落和沿海附近時以雀榕及榕樹的堅果為食，在山林裡時則是以小葉栲和紅橡的堅果充飢。

海拔 1200 公尺左右的溫帶常綠闊葉林和杉林中都可見到屋久鹿的身影。牠們全身深褐色，以樹皮、嫩枝和堅果為食。

西部林道沿途可以找到屋久島猿和屋久鹿，牠們其實已經適應了人類的存在。遊客需謹記切勿餵食，以免擾亂動物的自然覓食週期。

鳥類

屋久島確認存在的 168 種鳥類品種中，有兩個亞種為島上獨有，牠們是松鴉屋久島亞種 (*Garrulus glandarius orill*) 和雜色山雀屋久島亞種 (*Parus varius yakushimensis*)。島上的茂密森林給賞鳥帶來阻礙，好在大部分鳥類並不在山林裡，而是活躍在海拔較低的地區。春秋兩季，許多候鳥暫棲在屋久島，包括灰臉鵯 (*Butastur indicus*) 和戴勝 (*Upupa epops*) 等稀有鳥類。麻雀會從日本本土飛來，但不會在屋久島築巢定居。

皋月吊橋另一端的白谷雲水峽原始森林中的步道，是島上最佳賞鳥地點之一。此外，擁有花崗岩巨石和碧綠水潭的橫河溪谷十分幽靜，也適合賞鳥。

昆蟲

屋久島上有 3000 多種昆蟲，其中絕大部分在本土的九州島上也有發現。屋久島是若干昆蟲品種生活的最北端，低海拔的山地和海岸地區生活著多種南方昆蟲。島上有 147 種天牛及其他珍稀昆蟲。若碰到西南風或颱風，蝴蝶和蜻蜓會從附近的吐噶喇和奄美群島，甚至更遠的台灣、菲律賓和中國大陸飛來，因為迷路而短暫拜訪屋久島。稀有的白底金灰蝶（*Thermozephyrus ataxus*）是屋久島原生品種，只有每年 7、8 月間，在屋久杉森林樂園、小杉谷、花之江河等海拔 600~1300 公尺的地方才能見到。在白谷雲水峽可以觀察到大多數昆蟲，而大川瀑布則是欣賞蜻蜓的熱門地點。

<日本語仮訳>

屋久島の動物

屋久島は、面積わずか 500 平方キロメートルであるにもかかわらず、動物の多様性の宝庫です。多くの種がこの島のみを原産としており、この島の地質および生息環境の影響で、哺乳類は本土のものよりも小型になる傾向があります。

哺乳類

ヤクシマザル（*Macaca fuscata yakui*）やヤクシカ（*Cervus nippon yakushimae*）など 17 種 4 亜種の哺乳類が森林に生息しています。クマやイノシシ、キツネがいる日本の他の地域とは異なり、サルやシカには大型哺乳類の捕食者がいません。このことは、屋久島のサルやシカの小型化の一因になっているのかもしれませんが。アジア大陸や日本本土から島が離れていることで、食料不足を引き起こした可能性があり、その結果、限られた資源で個体数を増やすために動物は小型化しました。しかしながら、屋久島の比較的栄養価の高い食べ物もまた、ヤクシカの代謝率の高さと成長の制限に貢献したのかも知れません。

ヤクシマザルはダークグレーで、黒い手足を持っています。本土のニホンザルに比べて毛量が多いため、標高の高い場所でも冬場は暖かさを保つことができます。このサルは島中の木々に生息していますが、主に沿岸から海拔約 800 メートルの照葉樹林帯までの地域に生息しています。村落や沿岸部ではアコウイチジクやガジュマルの木の実を、山林ではツブラジイやレッドオークの実を食べています。

ヤクシカは、海拔約 1,200 メートルの照葉樹林や杉林に生息しています。色はこげ茶色で、木の皮や新芽、木の实などを食します。

サルやシカは西部林道沿いで見つけることができます。実のところ、この地域の動物たちは人間に慣れてしまっています。動物の自然な採餌サイクルを乱すことになるので、訪れる人は決して餌を与えてはいけません。

鳥類

屋久島で確認された 168 種の鳥類の中には、この島のみを原産とする亜種が 2 種います。カケス (*Garrulus glandarius orill*) とヤマガラ (*Parus varius yakushimensis*) です。深い森林では、しかしながら、野鳥観察が難しく、ほとんどの種は山林ではなく、標高の低い場所で見つかります。春と秋には多くの渡り鳥が屋久島に立ち寄りますが、その中にはサシバ (*Butastur indicus*) やヤツガシラ (*Upupa epops*) などの珍しい種も含まれています。スズメも本土から飛来しますが、屋久島には巣を作りません。

バードウォッチングに最適な場所の 1 つは、さつき吊橋の向こう側にある白谷雲水峡の原生林を通る遊歩道沿いです。横河溪谷もまた、大きな花崗岩の岩々やエメラルドグリーンの自然のプールを望むのどかな風景の中でバードウォッチングを楽しむことが可能です。

昆虫

屋久島では 3,000 を超える昆虫種が見つっていますが、そのほとんどは九州本土にも生息しています。屋久島は少数の昆虫種の北沿であり、山の低いところや沿岸部では多くの南方種が生息しています。島には 147 種のカミキリムシをはじめとする珍しい昆虫が生息しています。チョウやトンボも南西風や台風に追い立てられた場合には、近くではトカラ列島や奄美群島から、遠くでは遥か台湾やフィリピン、また中国本土から一時的に屋久島に迷い込みます。珍しい屋久島原産のキリシマドリシジミ (*Thermozephyrus ataxus*) というチョウは、高度 600 から 1,300 メートルのヤクスギランド、小杉谷、また花之江河などで、7 月と 8 月にのみ見られます。白谷雲水峡は昆虫観察全般に適したスポットですが、大川の滝はトンボ観察で人気があります。

【タイトル】屋久杉工藝

【想定媒体】パンフレット

<簡体字>

屋久杉的手工艺品

密实的纹理、温润的光泽和独特的清香，让屋久杉成为备受追捧的手工艺品材料。这种木材的树龄都超过千年，且2001年禁止砍伐后变得更加贵重。现在的工艺品都是利用倒下的树木和数百年前砍伐剩下的木料制作的。

贵重木料

20世纪60年代，屋久岛的采伐业达到高峰，此后逐渐走向衰退。2001年，为了保护树木，砍伐被禁。现在的木艺制品的主要用材是从前剩余的木料、砍伐后的树桩，以及自然倒木，它们被统称为“土埋木”，也叫“屋久杉端材”（余料）。江户时代(1603-1867)，岛民以“屋根板”（铺设在屋顶代替瓦片的木板）纳税，被要求交纳纹路笔直的木材，因此伐木工都是从离地面约2米以上砍伐，以避免纹路繁杂的根部。留下的这些树桩被青苔覆盖，看似无用，但由于含有大量可以抗腐、抗菌、防虫的树脂，使其即使身处潮湿的森林，也能保存完好。

在海拔1000米左右的深山里发现土埋木后，工人会先将它们切割成段以方便往外运输。20世纪20年代，为了将砍伐下来的屋久杉木材运往沿海的安房、宫之浦、永田和栗生，岛上修建了4条采伐铁路。除了通往安房的铁路现在还有一段继续用于发电厂和大坝维护外，其他线路都已废弃。直升机也曾被用来运送屋久杉，但随着土埋木资源减少，也已于2015年终止。过去，运出来的土埋木被集中堆放在屋久岛和鹿儿岛的木料场等待拍卖，手工作坊要参加竞拍才能到手。由于土埋木日渐匮乏，现在只根据由日本林野厅和4家屋久杉铭木协同组合签订的谈判合同，每年组织2次销售活动，售卖少量土埋木。然后，屋久杉铭木协同组合根据协议合同向旗下成员出售土埋木。

从多雨多雾的森林中运出来的木料不能马上加工，需要根据尺寸大小，自然干燥几个月到几年不等。待木材干燥后，经验丰富的工匠就会用车床将屋久杉木加工成各种产品。有些工艺品使用的是树龄小于1000岁的小杉料，价格相对便宜，消费者购买前最好先确认是否是货真价实的屋久杉制品。

独一无二的工艺品

尚未加工的屋久杉原木品质如何，只有经验老到的专业人士才能鉴定。大到家具，小到筷子、杯垫、钥匙圈等并不昂贵的小件，只要是屋久杉工艺品，都很受游客青睐。这种

木料纹理细密，易于涂饰，能做出漂亮的漆面，保护木材免受刮擦和干燥损害。木制品经过长期使用，内里所含的树脂还能增加表面光泽。

<繁体字>

屋久杉的手工藝品

密實的紋理、溫潤的光澤和獨特的清香，讓屋久杉成為備受追捧的手工藝品材料。這種木材的樹齡都超過千年，且2001年禁止砍伐後變得更加貴重。現在的工藝品都是利用倒下的樹木和數百年前砍伐剩下的木料製作的。

貴重木料

1960年代，屋久島的採伐業達到高峰，此後逐漸走向衰退。2001年，為了保護樹木，嚴禁砍伐。現在的木藝製品的主要用料是過去剩餘的木料、砍伐後的樹樁，以及自然倒下的樹木，它們被統稱為「土埋木」，也叫「屋久杉端材」（餘料）。江戶時代（1603-1867），島民以「屋根板」（鋪設在屋頂代替瓦片的木板）納稅，被要求交納紋路筆直的木材，因此伐木工都是從離地面約2公尺以上砍伐，以避開紋路繁雜的根材。留下的這些樹樁被青苔覆蓋，看似無用，但由於含有大量可以抗腐、抗菌、防蟲的樹脂，使其即使身處潮濕的森林，也能保存完好。

在海拔1000公尺左右的深山裡發現土埋木後，工人會先將它們切割成段以方便往外運輸。1920年代，為了將砍伐下來的屋久杉木材運往沿海的安房、宮之浦、永田和栗生，島上修建了4條採伐鐵路。除了通往安房的鐵路現在還有一段繼續用於發電廠和大壩維護外，其他路線都已廢棄。直升機也曾被用來運送屋久杉，但隨著土埋木資源減少，也已於2015年終止。過去，運出去的土埋木被集中堆放在屋久島和鹿兒島的木料場等待拍賣，手工作坊要參加競拍才能到手。由於土埋木日漸匱乏，現在只根據由日本林野廳和4家屋久杉銘木合作協會簽訂的合約，每年組織2次銷售活動，銷售少量土埋木。然後，屋久杉銘木合作協會根據協議合約向旗下成員出售土埋木。

從多雨多霧的森林中運出來的木料不能馬上加工，需要根據尺寸大小，自然乾燥數月至數年不等。待木料乾燥後，經驗豐富的工匠就會用車床將屋久杉木加工成各種產品。有些工藝品使用的是樹齡小於1000歲的小杉料，價格相對便宜，遊客購買前最好先確認是否是貨真價實的屋久杉製品。

獨一無二的工藝品

尚未加工的屋久杉原木品質優劣與否，只有經驗豐富的專業人士才能鑒定。大到傢俱，小到筷子、杯墊、鑰匙圈等並不昂貴的小件商品，只要是屋久杉工藝品，都廣受遊客青睞。這種木料紋理細密，易於塗飾，能做出漂亮的漆面，保護木材免受刮擦和乾燥損害。木製品經過長期使用，內含的樹脂還能增加表面光澤。

<日本語仮訳>

屋久杉工芸

詰まった木目、光沢のある輝き、独特な香りなどから、屋久杉は工芸品の材料として高い人気を誇っています。この木材は樹齢 1,000 年を越えており、また 2001 年には伐採が禁止されたため、特に珍重されています。製品は倒木や数百年ほど前に伐採された木の残材を使って作られます。

貴重な木材

屋久島の木材産業は 1960 年代にピークに達し、それ以後縮小の道を辿っています。樹木の保護を確実にするため、伐採は 2001 年に禁止されました。現在の木工は主に材木の端材や伐採された木の切り株、また自然倒木などを使用しており、これらは総称して「土埋木」、または「屋久杉端材」として知られています。島民が「屋根板」（瓦の代わりに屋根を葺ふのに用いる板）という形で税金を支払っていた江戸時代（1603-1867）には、木目の真っ直ぐな材木が必要であったため、木こりたちは地面から 2メートル以上の高さで屋久杉を伐採することで複雑な木目柄を持つ根材を避けていました。切り株は、苔に覆われているときは使い物にならないように見えるものの、防腐・抗菌・防虫効果のある樹脂を多く含んでいるおかげで湿気の多い森の中でも保護され、損傷のない状態で残されています。

土埋木は標高 1,000 メートル前後の山奥で見つかるため、まず扱いやすい大きさに切断してから運び出す必要がありました。1920 年代には、伐採された屋久杉を沿岸の安房、宮之浦、永田、栗生に運び下ろすために 4 本の森林鉄道が建設されました。発電所やダムメンテナンスのために運行を続けている安房鉄道の一部を除き、すべての運行は停止。屋久杉の輸送にはヘリコプターも使われていましたが、これも土埋木資源が全体的に減少したことで 2015 年に終了しました。工房は、以前は屋久島や鹿児島島の材木置き場に持ち込まれて競売にかけられた土埋木を落札していました。しかし、土埋木の減少により入札が行われなくなり、現在では林野庁と 4 つの屋久杉銘木協同組合の間で締結された随意契約に基づいて、年に 2 回少量が販売されるのみとなっています。この組合がその後、随意契約に基づいて加盟企業に土埋木を販売します。

雨や霧の多い森林環境から運ばれてきた木材はすぐには処理されず、原木の大きさによって数ヶ月から数年の間、自然に乾燥されます。木材が乾くと、熟練した職人が旋盤を使って屋久杉を様々な製品に仕上げていきます。樹齢 1,000 年未満の若い杉である「小杉」も安価な工芸品を作るために使用されているので、購入者は自分が買おうとしている物が本物の屋久杉製品なのかどうか確認すると良いかも知れません。

一点ものの工芸品

屋久杉がまだ丸太の状態であるときにその木材品質を見極めるには、経験豊富なプロの目が必要です。屋久杉の工芸品には大きな家具から、箸やコースター、キーホルダーなど、より手頃な価格の小さな作品まで様々なものがあり、みな観光客に人気のアイテムです。木目が細かく、塗装がしやすい木材なので仕上がりは美しく、傷や乾燥から木材を守ります。またこの木材の樹脂は使うほどに光沢を増していきます。

【タイトル】豊臣秀吉と屋久杉

【想定媒体】パンフレット

<簡体字>

丰臣秀吉与屋久杉

屋久杉是屋久岛的象征。16世纪晚期，一代枭雄丰臣秀吉(1536-1598)听闻岛上出产优质杉树，便下令要用屋久杉在京都建造一间寺院的本堂（主殿）。此举令屋久杉在日本全国名声大噪。

丰臣秀吉的青眼

16世纪晚期，经过长期内战，丰臣秀吉统一了日本。1586年4月，为供奉一尊大佛，他下令寻找杉木和柏木，在京都方广寺新建一间大殿。当时九州大部分地区处于岛津家族控制下，他们是丰臣秀吉的对手，因此起初并没有听令。1587年，丰臣秀吉打败了岛津家族，命令家主岛津义久(1533-1611)向他进贡屋久杉。

丰臣秀吉要求亲信大名领主石田三成(1560-1600)派出家臣之首伊集院忠栋(?-1599)和岛津忠长(1551-1610)一起赴屋久岛调查适用木材。两人在岛民指引下察看过几棵树木后，发现屋久杉确实品质优良且耐用，还有美丽的疤痕花纹，非常适合用作建筑材料。岛津义久和弟弟岛津义弘(1535-1619)于1595年颁布的布告中提及了这次调查，如此写道，“为修建大佛本堂而调查记录过的树木，不得擅动。”

丰臣秀吉需要的屋久杉最后到底有没有抵达京都，如今不得而知，毕竟运输如此庞大的原木无论在物流还是在财力上都是挑战。1592年，因丰臣秀吉对麾下的军事部署，使得岛津家族没有足够的船只从屋久岛运送木材，且财力方面也只能支撑把原木加工成板材和柱材后再送往京都，因此这个故事的后续还有待考证。

威尔逊树桩

这个被称为“威尔逊树桩”的屋久杉树桩，被认为是为丰臣秀吉修寺而砍伐留下的见证。它以英国植物猎人及植物学家欧内斯特·亨利·威尔逊(Ernest Henry Wilson, 1876-1930)的名字命名，纪念他在1914年发现了这个树桩并公诸于世。1917年，日本植物学家田代善太郎(1872-1947)和威尔逊会面后，于1918年至1923年在屋久岛展开了他的首次学术考察。他在1926年的报告中表示，树桩的再生状态说明这棵树的砍伐时间应在18世纪早期。

这个树桩位于屋久岛国立公园特别保护区里的大株步道旁、海拔1030米处。砍伐前树龄据推测已2000多岁。树桩直径超过4米，中间的空洞里有小股涌泉，还有供奉着山神彦

火出見命、樹神久久能智神以及山與海之神大山祇命的木魂神社。宮之浦的海濱酒店內展示着威爾遜樹樁的複製品，來訪者可以直觀地感受到這個樹樁是何等的巨大。

<繁體字>

豐臣秀吉與屋久杉

屋久杉是屋久島的象徵。16世紀晚期，一代梟雄豐臣秀吉（1536-1598）聽聞島上出產優質杉樹，便下令要用屋久杉在京都建造一間寺院的本堂（主殿）。此舉使屋久杉在日本全國名聲大噪。

豐臣秀吉的青眼

16世紀晚期，經過長期內戰，豐臣秀吉統一了日本。1586年4月，為供奉一尊大佛，他下令尋找杉木和柏木，在京都方廣寺新建一間大殿。當時九州大部分地區處於島津家族控制下，他們是豐臣秀吉的對手，因此起初並沒有聽令。1587年，豐臣秀吉打敗島津家族，命令家主島津義久（1533-1611）向他進貢屋久杉。

豐臣秀吉要求親信大名領主石田三成（1560-1600）派出家臣之首伊集院忠棟（?-1599）和島津忠長（1551-1610）一起赴屋久島進行木材調查。兩人在島民指引下察看過幾棵樹木後，發現屋久杉確實品質優良且耐用，還有美麗的疤痕花紋，非常適合用作建築材料。島津義久和弟弟島津義弘（1535-1619）於1595年頒佈的佈告中提及了這次調查，如此寫道：「大佛本堂木材調查中記錄過的樹木，應保持原樣。」

豐臣秀吉需要的屋久杉最後到底有沒有抵達京都，如今不得而知，畢竟運送如此龐大的原木無論在物流還是在財力上都是挑戰。1592年，因豐臣秀吉對麾下的軍事部署導致島津家族沒有足夠的船隻從屋久島運送木材，且財力方面也只能支撐把原木加工成的板材和柱材運往京都的費用，因此這個故事的後文還有待考證。

威爾遜樹樁

這個被稱為「威爾遜樹樁」的屋久杉樹樁，被認為是為豐臣秀吉修寺而砍伐留下的其中一棵杉樹。它以英國植物獵人及植物學家歐尼斯特·亨利·威爾遜（Ernest Henry Wilson, 1876-1930）的名字命名，紀念他在1914年發現了這個樹樁並公諸於世。1917年，日本植物學家田代善太郎（1872-1947）和威爾遜會面後，於1918年至1923年在屋久島展開了他的首次學術考察。他在1926年的報告中表示，樹樁的再生狀態說明這棵樹的砍伐時間應在18世紀早期。

這個樹樁位於屋久島國立公園特別保護區裡的大株步道旁、海拔1030公尺處。砍伐前樹齡據推測已2000多歲。樹樁直徑超過4公尺，中間的空洞裡有小股湧泉，還有供奉著山神彥火出見命、樹神久久能智神以及山與海之神大山祇命的木魂神社。宮之浦的海濱酒店內展示著威爾遜樹樁的複製品，遊客可以親身體驗這個樹樁的巨大。

<日本語仮訳>

豊臣秀吉と屋久杉

屋久島を象徴する屋久杉が全国的な名声を得たのは、16 世紀後半に豊臣秀吉（1536-1598）がこの島に良い杉があることを知り、京都の寺院の本堂建設に屋久杉の使用を命じたことが始まりとされています。

秀吉が屋久杉に目をつける

長きにわたる内戦の末、16 世紀後半に秀吉はその支配の下に日本を統一しました。1586 年 4 月、彼は京都の方広寺に大仏殿を建てるための杉と檜を探すように命じました。当時九州の大半を支配していた島津氏は秀吉のライバルであったため、当初は命令に従いませんでした。しかし、1587 年には秀吉が島津氏を破り、当主の島津義久（1533-1611）は屋久杉の貢ぎ物を送るように命じられました。

秀吉は側近の大名である石田三成（1560-1600）に、家老の伊集院忠棟（?-1599）と島津忠長（1551-1610）に屋久島での木材の調査をさせるよう求めました。2 人が島民の案内のもと、数本の木を調査したところ、屋久杉は建設材料に適した、美しい節を持つ高品質で耐久性のある木材であることがわかりました。この調査は 1595 年に義久と兄弟の義弘（1535-1619）が出した布告の中で言及されており、そこには「大仏本堂のための木材調査で記録されてた木は、そのままにしておくこと」と記されています。

これだけの大きさの木を運ぶのは物流的にも金銭的にも困難であったため、秀吉が命じた屋久杉が最終的に京都に到着できたのかどうかは不明です。1592 年に秀吉のもとに軍を配備したことで、島津氏には屋久島から木材を運ぶ船が不足し、またおそらく経済力も板や柱に加工した木材を京都に送るだけしか残っていなかったでしょう。この話は未だ解明されていません。

ウィルソンの株

寺院のために伐採された屋久杉のうちの 1 本は、1914 年にその切り株を発見し世界に紹介した、イギリスのプラントハンター兼植物学者、アーネスト・ヘンリー・ウィルソン（1876-1930）の名を付けられた「ウィルソン株」であったと考えられています。1917 年にウィルソンに出会った日本の植物学者、田代善太郎（1872-1947）は、1918 年から 1923 年の間に屋久島に初めて調査のため訪れ、1926 年の報告書の中で、この切り株の再生状態はこの木が 18 世紀初頭に伐採されたことを示唆していたと記しました。

この切り株は、屋久島国立公園の特別保護区域内にある大株歩道沿い、標高 1,030 メートルのところにあります。原木は樹齢 2,000 年以上であったであろうと推定されています。切り株の直径は 4 メートルを超えています。中空の内部には小さな泉があり、山の神である彦火火出見命、木の神である久久能智神、そして山と海の神である大山祇命を祀る木魂神社があります。宮之浦のシーサイドホテルの敷地内にはウィルソン株のレプリカがあり、訪問客は実際の大きさの切り株を知ることができます。

【タイトル】屋久杉伐採のはじまり

【想定媒体】パンフレット

<簡体字>

屋久杉采伐の开端

曾经很长一段时间里，屋久杉被尊为神木和神的化身，很少被当成木材砍伐。直到 17 世纪，情况发生了改变。当时岛上的僧人（同时也是朱子学者）泊如竹(1570-1655)预见了对木材资源的经济潜力，提出通过伐木让岛民摆脱经济困境。

江户时代之前（16 世纪）

12 世纪至 19 世纪，包括屋久岛在内的九州南部都在岛津家族控制之下。1586 年，岛津家族禁止屋久杉木材外销其他地区。1587 年，统一日本的武将丰臣秀吉(1536-1598)下令对屋久杉进行调查。

江户时代(1603-1867)

岛津家族治下的萨摩藩臣民通常每年以大米支付税款。由于屋久岛的土地不适合种植水稻，岛上居民用被称为“平木”的屋久杉木制作“屋根板”（铺设在屋顶代替瓦片的木板）来交税。他们每年需要交纳总计约 580 万片屋根板，这对岛民来说是一个沉重的负担。并且当时岛上的居民认为深山中的屋久杉是神木，不敢轻易砍伐，泊如竹只能设法消除他们的顾虑。

泊如竹曾在当地一座法华宗寺庙修行，后来又在京都、大阪、江户（今东京）和琉球国（今冲绳）学习。他游历广泛、知识渊博，知道杉木在日本其他地方很有价值。1640 年，他先是向岛津藩领主提议砍伐屋久杉，然后上山朝圣，向神灵祈祷，回来后告诉村民，他已经从神那里得到了砍伐杉树的许可。

为了万无一失，每次砍伐前村民们会进行各种小仪式征求山神的意见。他们把斧头靠在待砍的树上，一夜过后，如果斧头倒地，那就表示未得到神的认可；他们还把米、盐和烧酒放在树下请求神灵同意；当大树被砍倒后，他们又会把树枝放在树桩上，抚慰树灵，并种上一株幼杉以示感激。

缴税后，剩下的平木可以兑换大米、小麦、大麦及其他生活必需品。岛津家族还在大阪和京都出售屋根板，为家族带来了可观的收入。岛上居民不忘泊如竹为改善岛民生活而做出的贡献，至今仍对他崇敬万般。他的坟墓就在他出生地——安房，数百年来一直得到村民精心维护。

明治时代(1868-1912)及以后

明治时代初期，屋久岛的森林几乎全部收归国有，政府禁止岛上居民前去砍伐。屋久岛民持续不断地吁请归还他们公共林地，并在 1899 年至 1920 年间提起了几次法律诉讼，但均以失败告终。既不能捡柴，又无法烧炭，村民们连做饭和取暖的燃料都难以获得。直到 1921 年，日本农商务省最终根据《屋久岛宪法》的相关规定，允许屋久岛居民使用部分国有林木。

小杉谷村

20 世纪 20 年代初，岛民得以重入森林，伐木业再次兴起。1923 年，岛上修建了一条货运铁路用以将木材从安房村后的内陆山区运出。1924 年又在安房川上游建立了伐木者的大本营——小杉谷，并且为了让迁入户安居，还新建了小学和初中。1960 年正值战后建设热潮，也是伐木业鼎盛之时，当时此地居民多达 133 户 540 人。随着该地区的屋久杉几乎被砍伐殆尽，保护屋久杉的呼声兴起，大本营最终于 1970 年关闭。屋久岛上有两处由于采伐和木炭工业衰落而被废弃的定居点，小杉谷便是其中之一。

<繁体字>

屋久杉採伐的開端

過去很長一段時間裡，屋久杉被尊為神木和神的化身，很少被當成木材砍伐。直到 17 世紀，情況發生了改變，當時島上的僧人（同時也是朱子學者）泊如竹（1570-1655）預見了木材資源的經濟潛力，提出通過伐木讓島民擺脫經濟困境。

江戶時代之前（16 世紀）

12 世紀至 19 世紀，包括屋久島在內的九州南部都在島津家族控制之下。1586 年，島津家族禁止屋久杉木材外銷至其他地區。1587 年，統一日本的武將豐臣秀吉（1536-1598）下令對屋久杉進行調查。

江戶時代（1603-1867）

島津家族治下的薩摩藩臣民通常每年以白米支付稅款。由於屋久島的土地不適合種植水稻，島上居民使用被稱為「平木」的屋久杉木製作「屋根板」（鋪設在屋頂代替瓦片的木板）來交稅。他們每年需要交納總計約 580 萬片屋根板，這對島民來說是沉重的負擔。並且當時島上的居民認為深山中的屋久杉是神木，不敢輕易砍伐，泊如竹只能設法消除他們的顧慮。

泊如竹曾在當地一座法華宗寺廟修行，後來又在京都、大阪、江戶（今東京）和琉球國（今沖繩）學習。他遊歷廣泛、知識淵博，知道杉木在日本其他地方很有價值。1640 年，他先是向島津藩領主提議砍伐屋久杉，然後上山朝聖，向神靈祈禱，回來後告訴村民，他已經從山神那裡得到了砍伐杉樹的許可。

為保萬無一失，每次砍伐前村民們會進行各種小儀式徵求山神的意見。他們把斧頭靠在待砍的樹上，一夜過後，如果斧頭倒地，那就表示未得到山神的認可；他們還把米、鹽和燒酒放在樹下請求山神同意；當大樹被砍倒後，他們又會把樹枝放在樹樁上，撫慰樹靈，並種上一株幼杉以示感激。

繳稅後，剩下的平木可以兌換大米、小麥、大麥及其他生活必需品。島津家族還在大阪和京都出售屋根板，為家族帶來了可觀的收入。島上居民不忘泊如竹為改善島民生活而做出的貢獻，至今仍對他萬分尊敬。他的墳墓就在其出生地——安房，數百年來一直得到村民精心維護。

明治時代（1868-1912）及以後

明治時代初期，屋久島的森林幾乎全部收歸國有，政府禁止島上居民前去砍伐。屋久島民持續不斷地呼籲歸還他們公共林地，並在 1899 年至 1920 年間提起了數次法律訴訟，但均以失敗告終。既不能撿柴，又無法燒炭，村民們連做飯和取暖的燃料都難以獲得。直到 1921 年，日本農商務省最終根據《屋久島憲法》的相關規定，允許屋久島居民使用部分國有林。

小杉谷村

自 1920 年代島民得以重入森林後，伐木業再次興起。1923 年，島上修建了一條貨運鐵路用以將木材從安房村後的內陸山區運出。1924 年又在安房川上游建立了伐木者的據點——小杉谷，並且為了讓移居在此的新住戶能安居，還興建了小學和國中。1960 年正值戰後建設熱潮，也是伐木業鼎盛之時，當時此地居民多達 133 戶共 540 人。隨著該地區的屋久杉幾乎被砍伐殆盡，保護屋久杉的呼聲興起，小杉谷據點最終於 1970 年關閉。屋久島上現存兩處由於採伐和木炭工業衰落而被廢棄的定居地，小杉谷便是其中之一。

<日本語仮訳>

屋久杉伐採のはじまり

屋久杉は神木や神の化身として崇められ、製材のために伐採されることはほとんどありませんでした。このことは 17 世紀に屋久島の仏僧（朱子学者でもある）泊如竹（1570-1655）が木材資源の経済的可能性を見抜き、島民を経済的苦境から救い出すために伐採を提案したことで変わりました。

江戸時代以前（1500 年代）

12 世紀から 19 世紀にかけて屋久島を含む九州南部を支配していた島津氏は、1586 年に屋久杉を他藩に売ることを禁止しました。1587 年、全国統一を成し遂げた武将豊臣秀吉（1536-1598）の命により、屋久杉の調査が行われました。

江戸時代（1603-1867）

島津氏の下に統治を行っていた薩摩藩は、その臣民に通常は米で納められる年貢を課していました。屋久島の土地は稲作に適していなかったため、島民は「平木」と呼ばれる屋久杉の「屋根板」（瓦の代わりに屋根を葺くのに用いる板）で支払っていました。毎年約 580 万枚の屋根板の納入を要求する年貢は、島民の重荷となっていました。しかし、島民は杉を神々の領域に属するものだと思っており、山奥の杉を伐採することをためらったため、如竹は彼らの疑念を和らげようとしたのです。

如竹は地元のお寺で法華宗の修行を受け、その後、京都、大阪、江戸（現在の東京）、琉球王国（現在の沖縄）などで修行を積んできました。旅慣れて知識も豊富だった彼は、日本の他の地域で杉が高く評価されていることを知っていました。1640 年に、彼は島津藩主に屋久杉の伐採を提案し、山々を巡礼して神々に祈りました。彼は戻り次第、村人たちに、彼が神々から木を伐採する許可を得たことを告げました。

さらなる安心感を高めるために、村人たちは山の神々に伐採の許可を求める儀式を行いました。倒したい木に斧を立てかけ、夜の中に斧が倒れた場合は承認が拒否されたと解釈していました。彼らは、伐採の前にその木の根元に米や塩、焼酎を置き、神に許可を求めました。木が倒された後には、村人たちは切り株の上に枝を置いて木の魂を慰め、感謝の印として杉の苗木を植えました。

年貢を納めた後に残った平木は、米や麦、大麦、その他の必需品と交換することができました。島津氏も大阪や京都でこの屋根板を売っており、それが島津氏にかなりの収入をもたらしていました。如竹は島民の生活向上に貢献したことで現在も尊敬されており、彼の生誕地である安房にある墓は、長年にわたり村人によって大切に維持されてきました。

明治時代（1868–1912）とそれ以降

明治時代初頭、屋久島の森林はほぼ全てが国有化され、島民は木を伐採することを禁じられました。1899 年から 1920 年までの間、彼らは共有林の返還を訴え続け、いくつかの訴訟を起こしましたが失敗に終わりました。薪を集めることも、炭を作ることもできず、村人たちは調理や暖房のための燃料を得ることに苦勞していました。1921 年、農商務省はついに『屋久島憲法』として知られる政策の下、屋久島住民に国有林の一部を使用することを許可しました。

小杉谷集落

1920 年代初頭に島民が森林を利用する権利を取り戻した結果、木材の伐採が再び盛んになりました。木材を安房集落の奥にある内陸の山々から運ぶためのトロック軌道が 1923 年に建設され、伐採者のためのベースキャンプとなる小杉谷が 1924 年に安房川上流に設置されます。そして移住してきた家族に対応するため、小中学校が建てられました。戦後の建設ブームの中、伐採活動が最盛期であった 1960 年には、133 世帯 540 人も人口がこのキャンプに住んでいました。やがてこの地域の屋久杉はほぼすべて伐採され、保護を求める声が高まり、1970 年にこのベースキャンプは閉鎖されます。小杉谷は屋久島に設立され、後に木材や炭の産業が衰退していく中で放棄された 2 つの集落のうちの 1 つです。

【タイトル】岳参り

【想定媒体】パンフレット

<簡体字>

“岳参”（拜山）

屋久岛民有参拜神山的**传统**。各村参拜**时间**不同，或春季，或秋季，又或春秋两季。这个一年一度的活动叫“岳参”，即参拜山岳之意，据说大约始于 500 年前。村民派出代表们向山神在佛教里的化身“一品宝珠大权现”祈求五谷丰登、**渔获**兴旺，家园平安。每个村庄都有自己的参拜**仪式**和**路线**。活动流程通常是先后攀登一座**外围**的前岳和一座**内陆**的奥岳，并且后者的山**势**须比前者更为高大，比如**宫之浦岳**、**永田岳**、**栗生岳**等都在其列。如今有些村庄已经将**路线**简化，只需攀登前岳即可。

起源

15 世纪 80 年代晚期，屋久岛地震**频繁**，佛教日莲宗僧人日增上人**为此**在永田岳山顶的山洞中闭关 7 天**诵读**《法华经》。据说从那以后，岛上再也感觉不到地震。后来，本土的神道教神祇彦火火出见命（又称山幸彦）被尊为“一品宝珠大权现”的化身，他的这个名字被**铭刻**在石祭坛和石碑上，在拜山**路线**上随处可见。因此，“岳参”活动祭拜神道教与佛教两方神明，是 6 世纪中期佛教自中国**传入**日本后与神道教融合（即“神佛习合”）的一个典例。

现代的“岳参”

随着交通**愈发**便利，地方人口日**趋**减少并**老龄化**，“岳参”**仪式**从以往的三天两夜逐步**缩短**到了现在的一天。屋久岛的 24 个村庄中，大约有 20 个村庄仍然**举办**“岳参”活动，被选中参加岳参是一种**荣誉**。岛上最大的村庄**宫之浦村**在春秋两季各**组织**一次岳参。活动流程如下：参拜者于凌晨 3:30 到达**益救神社**祈祷朝圣平安，然后**驱车**前往一品**滨**用**杨桐枝条**进行**净化**仪式。之后，在一个**长 10~15 厘米**、**直径 3~4 厘米**的竹筒中**装满**被海浪冲洗的沙粒，据说沙子代表献给山神的**海盐**。清晨 6:00 左右，参拜者**启程**登山。他们身穿白色短褂“法被”，**头戴**锥形竹笠——这是参拜的**标准**着装，用来表达他们对**彻悟**的追求，以及与其他徒步者的区别。登山**单程 8 公里**，到达**宫之浦岳**顶峰后，他们要参拜一个位于山洞中的**迷你神社**，里面供奉着“一品宝珠大权现”。参拜的供品除了沙子，还有**盐**、**大米**、**烧酒**等来自大海和田地的**馈赠**，以及供奉神灵的**钱帛**。参拜基本采用神道教方式，比如**击掌**合十，但也融入了集体念**诵**祷文这样的佛教元素。

村庄神社，另一个参拜地

益救神社已有超过千年的历史，也是屋久岛上的神道教中心，被视作岛上神社的“本山”（总社）。它位于宫之浦村中，是一个比山顶神社方便得多的参拜地。益救神社内供奉 7 位山神和海神，其中包括彦火火出见命，即佛菩萨化身“一品宝珠大权现”。神社就在山脚下，岛民全年都可以在这里参拜，而不必等待“岳参”。每年除夕夜，这里都会举办象征善恶两神之战的“和太鼓”表演。据说，一位善之山神会在 12 月 31 日从宫之浦岳降临村中，赶走人们身上的恶灵，同时恶神会来此与他交战。表演时，台上舞动的火把代表善神终将取得胜利，驱除人们身上的一切恶魔。

<繁体字>

「岳参」（拜山）

屋久岛民有参拜神山的传统。各村参拜时间不同，或春季，或秋季，又或春秋两季。这个一年一度的活动叫「岳参」，即参拜山岳之意，据说大约始于 500 年前。村民派出代表们向山神在佛教里的化身「一品宝珠大权现」祈求五谷丰登、渔获兴旺，家园平安。每个村庄都有自己的参拜仪式和路线。活动流程通常是先后攀登一座週边的前岳和一座内陆的奥岳，并且后者的山势必须比前者更为高大，比如宫之浦岳、永田岳、栗生岳等都在其列。如今有些村庄已经将路线简化，只需攀登前岳即可。

起源

1480 年代晚期，屋久岛地震频繁，于是佛教日莲宗僧人日增上人在永田岳山顶的山洞中闭关 7 天诵读《法华经》。据说从那以后，岛上再也感觉不到地震。后来，本土的神道教神祇彦火火出见命（又称山幸彦）被尊为「一品宝珠大权现」的化身，祂的这个名字被铭刻在石祭坛和石碑上，在拜山路线上随处可见。因此，「岳参」活动祭拜神道教和佛教两方神明，是 6 世纪中期佛教自中国传入日本后与神道教融合（即「神佛习合」）的一个典例。

现代的「岳参」

随著交通愈发便利，地方人口日趋减少并高龄化，「岳参」仪式从以往的三天两夜逐步缩短到了现在的一天。屋久岛的 24 个村庄中，大约有 20 个村庄仍然举办「岳参」活动，选中参加岳参则被视为一种荣誉。岛上最大的村庄宫之浦村在春秋两季各组织一次岳参。活动流程如下：参拜者于凌晨 3:30 到达益救神社祈禱朝聖平安，然後驅車前往一品濱，用楊桐枝條進行淨化儀式。之後，在一個長 10~15 公分、直徑 3~4 公分的竹筒中裝滿被海浪沖洗的沙粒，據說沙子代表獻給山神的海鹽。清晨 6:00 左右，參拜者啟程登山。他們身穿白色短褂「法被」，頭戴錐形竹笠——這是參拜的標準著裝，用來表達他們對菩提的追求，以及與其他徒步者的區別。登山單程 8 公里，到達宮之浦岳頂峰後，他們要參拜一個位於山洞中的微型神社，裡面供奉著「一品寶珠大權現」。參拜的供品除了沙子，還有鹽、大米、燒酒等來自大海和田地的饋贈，以及供奉神靈的錢帛。參拜基本採用神道教方式，比如擊掌合十，但也融入了集體念誦禱文這樣的佛教元素。

村莊神社，另一個參拜地

益救神社已有超過千年的歷史，也是屋久島上的神道教中心，被視作島上神社的「本山」（總社）。它位於宮之浦村中，是一個比山頂神社更加方便的參拜地。益救神社內供奉 7 位山神和海神，其中包括彥火火出見命，即佛菩薩化身「一品寶珠大權現」。神社就在山腳下，島民全年都可以在此參拜，而不必等待「岳參」。每年除夕夜，這裡都會舉辦象徵善惡兩神之戰的「和太鼓」演出。據說，一位善之山神會在 12 月 31 日從宮之浦岳降臨村中，趕走人們身上的惡靈，同時惡神會來此與祂交戰。表演時，台上舞動的火把代表善神終將取得勝利，驅除人們身上的一切惡魔。

<日本語仮訳>

岳参り

屋久島島民は、集落ごとに、春か秋、あるいはその両方に、聖なる山々への巡礼を行う伝統があります。「岳参り」として知られるこの毎年の慣習は、500 年ほど前に始まったと言われています。集落の代表者は、菩薩の垂迹として化身した山の神「一品宝珠大権現」に、五穀豊穰、豊漁、家内安全を祈願します。集落ごとに独自の巡礼の儀式やルートがあります。これらは通常、外側の山々である前岳の 1 つに登った後、宮之浦岳、永田岳、栗生岳といった、内陸にある奥岳のより高い峰々の 1 つに登るといったものでした。今日では、いくつかの集落はルートを簡略化し、前岳に登るだけになっています。

起源

1480 年代後半、屋久島で地震が頻発していた時期に、仏教の日蓮宗の僧であった日増上人が永田岳山頂の岩屋で 7 日間過ごし、そこで『法華経』を唱えました。以来、揺れが感じられることがなくなると言われています。それ以降、土着の神道の神である彦火火出見命（別名：山幸彦）は、一品宝珠大権現の化身として崇められ、岳参りの道中に点在する祭壇や石碑には後者の名が刻まれています。このように、岳参りでは神道と仏教の両方の神々が崇められており、6 世紀半ばに中国から仏教が日本に伝わった後に仏教と融合した神道（神仏習合）の一例となっています。

現代の岳参り

岳参りは、以前は 3 日 2 晩の儀式でしたが、車が利用できるようになったことや、地域の過疎化や高齢化などの影響もあって、年々縮小され、1 日の行事になりました。屋久島の 24 の集落のうち約 20 の集落では、今でも岳参りの儀式が行われており、選ばれてこの行事に参加することは、村人にとって名誉なこととされています。最大の集落である宮之浦では、春と秋に岳参りが行われています。参加者は午前 3 時 30 分に益救神社で巡礼の安全を祈願した後、車で一品ヶ浜に向かい、榊の枝を使って清めの儀式を受けます。その後、長さ 10~15 センチ、直径 3~4 センチほどの竹の容器に、波で清められた砂浜の砂を満たします。この砂は山の神々に捧げる海の塩を象徴していると言われています。午前 6 時頃、参加者は白い法被と円錐形の竹で編まれた笠を身にまといまいます。これらは彼らを登山者と区別し、また彼らの悟りの追求を表現するために着用する正装になります。これで片道 8 キロメ

ートルの宮之浦岳山頂へと出発し、一品宝珠大権現が祀られている、洞窟の中の小さな祠を参拝します。参加者は前述の砂のほか、塩、米、焼酎などの海や田畑の恵み、また神に捧げるお金を持って行きます。参拝のスタイルは一般的に拍手などの神道式ですが、全員で祈りを唱えるといった仏教的な要素も入っています。

集落神社、もう1つの参拝場所

益救神社は 1,000 年を超える歴史を持つ屋久島の神社の本山で、島の神社の中心的存在です。宮之浦集落内という立地により、山頂の祠に比べて参拝しやすい場所になっています。益救神社は、仏教の神、一品宝珠大権現とも呼ばれる彦火火出見命をはじめ、山と海の神々7 柱を祀っています。山のふもとにある神社なので、岳参りの時だけでなく、島民は一年中山の神々に祈りを捧げることができます。大晦日のお祭りでは、善と悪の神々の戦いを象徴する和太鼓の演奏が行われます。12 月 31 日には宮之浦岳から善の山の神が村に降りてきて、人々から悪霊を追い出すと言われていますが、悪の神に邪魔されてしまいます。舞台の中で振られる火の点いた松明は、どのような悪魔も人々から浄化することができる善の神の勝利を象徴しています。

【タイトル】 山に伝わる神話

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

山间神话

长久以来，屋久岛腹地的奥岳山脉一直被奉为神明圣地。奥岳在屋久岛民心目中是令人畏惧的地方，那里居住的都是需要安抚的灵魂。以下的一些当地神话中，叙述了打雷等自然现象与神祇的关系，以及岛上无处不在的神道教和佛教的融合现象。

天鼓

每个月的1日和15日，奥岳山间都会在不同时段响起奇怪的声音，有时在傍晚，有时在午夜，有时在凌晨，从一个山顶传到另一个山顶。村民们相信这是山神所为，管它叫“天鼓”。每年从中秋满月之夜开始到农历九月，夜里都能听到山上传来的笛声和鼓声，传说这是神灵在行乐。

天柱石

安房村外的太忠岳山顶矗立着一块花岗岩，周长60米、高40米，被称为天柱石。村民们相信，这块花岗岩上的大洞会发出海螺吹出的声音，一旦响起，三日之内必有大风。他们把这块石头当作“石权现”来崇拜，权现意为佛和菩萨为普度众生而显现的神道教化身。安房位于安房川入海口，设有码头，可以想象在昔日往来经过的人流中经常会有佛教僧侣的身影。

自公元6世纪中叶佛教从中国传来后，日本不断尝试将佛教信仰与本土的神道教信仰融合。佛和菩萨以神道教神灵的身份现身十分常见，它是浩大的神道教和佛教融合“神佛习合”进程中的一环。

反之，安房东北的船行村可能受佛教影响较少。村中传说，天柱石基部祭坛旁的岩石上有个缺口，形状好比岩笛的孔洞。每当西风吹过，洞里就会发出鬼魅般的笛声。西风是风暴的前兆，听到笛声，渔民出海就要小心。这里的村民认为太忠岳是神道教神灵的居所，而非佛菩萨的化身。

从屋久杉森林乐园的停车场就可以望见天柱石。经太忠岳登山道徒步大约需要8~9小时。

山姬

山姬是一位树精，以美女形象出现，拥有一头闪亮飘逸的秀发，据说见人就会微笑。但人们十分惧怕她，因为遇到她时，如果没有笑在她之前，就会被咬断脖子吸干血液。每

到新年以及 5 月和 9 月的山神祭，她都要下山取用海水，因此人们被警告在这些日子里不要进山。但在某个传说中，有个年轻人遭遇山姬时，挥舞起手中的杨桐枝条来驱除邪恶，从而避免了厄运。

<繁体字>

山間神話

長久以來，屋久島腹地的奧岳山脈一直被奉為神明聖地。奧岳在屋久島民心目中是令人畏懼的地方，那裡居住的都是需要安撫的靈魂。以下的一些當地神話中，敘述了打雷等自然現象與神祇的聯繫，以及島上無處不在的神道教和佛教融合的現象。

天鼓

每個月的 1 日和 15 日，奧岳山間都會在不同時段響起奇怪的聲響，有時在傍晚，有時在午夜，有時在凌晨，從一個山頂傳到另一個山頂。村民們相信這是山神所為，將其稱為「天鼓」。每年從中秋滿月之夜開始到農曆九月，夜裡都能聽到山上傳來的笛聲和鼓聲，傳說這是神靈在行樂。

天柱石

安房村外的太忠岳山頂矗立著一塊花崗岩，周長 60 公尺、高 40 公尺，被稱為天柱石。村民們相信，這塊花崗岩上的大洞會發出海螺吹出的聲音，一旦響起，三日之內必有大風。他們將這塊石頭當作「石權現」來崇拜，權現意為佛和菩薩為普渡眾生而顯現的神道教化身。安房位於安房川入海口，設有碼頭，在昔日往來經過的人潮中很可能經常會有佛教僧侶的身影。

自西元 6 世紀中葉佛教從中國傳來後，日本不斷嘗試將佛教信仰與本土的神道教信仰融合。佛和菩薩以神道教神靈的身份現身十分常見，它是浩大的神道教和佛教融合「神佛習合」發展過程中的一環。

反之，安房東北的船行村可能受佛教影響較少。村中傳說，天柱石基部祭壇旁的岩石上有個缺口，形狀好比岩笛的孔洞。每當西風吹過，洞裡就會發出鬼魅般的笛聲。西風是風暴的前兆，若聽到笛聲，漁民出海就要小心。這裡的村民認為太忠岳是神道教神靈的居所，而非佛菩薩的化身。

從屋久杉森林樂園的停車場就可以看到天柱石。經太忠岳登山道健行大約需要 8~9 小時。

山姬

山姬是一位樹精，以美女形象現身，擁有一頭閃亮飄逸的秀髮，據說見人就會微笑。但人們十分懼怕她，因為遇到她時，如果沒有在她笑前先微笑，就會被咬斷脖子吸乾血液。每到新年以及 5 月和 9 月的山神祭，她都要下山取用海水，因此人們被警告在這些日子裡

不要進山。但在某個傳說中，有個年輕人遭遇山姬時，揮舞起手中的楊桐枝條來驅除邪惡，因而免除了厄運。

<日本語仮訳>

山に伝わる神話

屋久島の内側にある奥岳は、古くから神々の聖地として崇拝されてきました。奥岳は、なだめる必要のある霊が住んでいる恐ろしい場所として見られていました。以下は、神々と雷などの自然現象との古来のつながりや、島の至る所で見られる神道と仏教の融合を示すいくつかの地元の神話です。

天鼓

毎月 1 日と 15 日に奥岳の山中に異様な音が響いていました。それは、夕方、真夜中、明け方など、様々な時間に聞かれます。いつも山頂から山頂へと移動していたため、村人たちは山の神の仕業であると信じ、その音を「天鼓」と呼んでいました。また、中秋の名月から太陰暦の 9 番目の月にかけて毎晩笛や太鼓の音が聞こえ、人々はその音を神々が楽しんでいる音だと考えています。

天柱石

安房集落の先にある太忠岳の山頂には、天柱石として知られる外周 60 メートル、高さ 40 メートルの花崗岩の一枚岩が立っています。安房では、この花崗岩に開いている大きな穴が、ほら貝を吹くような音を出すと信じられています。この音が聞こえると、3 日以内に強い風が吹くそうです。地元の人々はこの岩を石の権現、すなわち、神道の神様に化身して人々を救いに導く仏様であるとして崇めていました。安房は安房川の河口に位置しており、船着き場もあり、仏僧を含む人の往来が多くあったと考えられます。

6 世紀半ばに中国から仏教が伝来した後、土着の神道の考え方と仏教の考え方を融合しようとする試みがなされました。「神仏習合」と呼ばれる、神道と仏教の融合を目指すより大きな運動の一環として、仏教の神が神様として登場するのは一般的なことでした。

しかしながら、安房の北東にある集落、船行は仏教の影響をあまり受けなかったのかもしれませんが。この集落の言い伝えによれば、天柱石の底部にある祭壇付近の岩石構造の隙間は石笛の穴のような形をしているそうです。西風が吹くたび、この穴は笛のような、幽霊を思わせる音を出します。西風は嵐の前触れであるため、この音は漁師に注意するよう警告します。船行の人々は、太忠岳を仏の化身ではなく、神道の神々の住処であると考えていました。

天柱石はヤクスギランドの駐車場から見ることができます。太忠岳登山道を歩いて行く場合は 8 時間から 9 時間かかります。

山姫

山姫は木の精霊です。艶やかで流れるような髪をした美しい女性で、目に映る相手すべてに微笑みかけると言われています。人々は彼女に出会ったときに彼女がほほ笑むより先に笑顔を見せなければ首から血を吸われてしまうと恐れています。彼女は正月、5 月、9 月に行われる山の神祭りの日に、海

水を採取するために山から降りてきます。人々は祭りの日には山に入るなと警告されています。ある物語では、1人の青年が山姫に遭遇しましたが、魔除けの榊の枝を振り回すことで生き延びたといわれています。

【タイトル】 博物館

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>**五花八门的博物馆**

屋久岛上的自然和历史文化博物馆为数众多，均力求通过更好地呈现岛上的自然和文化传统，来丰富来访者的体验。

屋久岛环境文化村中心

该中心位于宫之浦港附近。馆内用一个向上的缓坡展示岛上从亚热带海岸到寒冷山地的过渡。展览分为水、海洋、村庄、森林和山地信仰几大部分。巨大的宽银幕影院动态呈现岛上的自然环境，令人身临其境。名为《屋久岛，森林与水的交响曲》的专题影片（日语版）每天上映多次。展馆提供简明的英文标牌和配备英文讲解的语音导览笔，还设有一个旅游信息柜台。这里除每周一和新年假期外全年开放。剧场及展厅门票为成人 530 日元，大学/高中生 370 日元，初中/小学生 270 日元。开放时间：9:00~17:00，展厅 16:30 停止入场。

屋久岛环境文化研修中心

这个为成人和儿童设立的研修中心位于安房港附近，主要举办研讨会、会议和其他与屋久岛自然环境、产业及日常生活相关的活动。中心内还提供住宿。该设施靠近屋久岛世界遗产保护中心和屋久杉自然馆。开放时间：9:00~17:00，住宿者不在此限。

屋久岛世界遗产保护中心

屋久岛于 1993 年被列入联合国教科文组织世界遗产名录。之后，该中心于 1996 年作为日本环境省的设施开放，由环境省职员负责运营。中心除了展示世界遗产地区之外，还向人们介绍屋久岛国立公园、岛上的自然环境和环境保护活动。这里有英文展板，同时也提供登山信息。该中心除了 12 月至次年 2 月间每周六，以及新年假期（12 月 29 日~1 月 3 日），全年开放，免费入场。开放时间：9:00~17:00，16:30 停止入场。

屋久岛町历史民俗资料馆

该资料馆位于宫之浦河畔，展示的是屋久岛居民从绳文时代（公元前 10,000—公元前 300 年）至今的日常生活用品，包括木制工具、手工艺品、面具和陶瓷器，此外还有对飞鱼召唤舞、拔河大会等传统歌舞和节日活动用品的介绍。“屋根板”是当地铺设在屋顶代替瓦片的木板，它是江户时代(1603-1867)屋久岛的重要生活物资，岛上不仅每年都要以屋根

板納稅，大米、小麦、大麦等生活必需品也要用它交换。资料馆外还有一栋复制的传统小民房。展览只有日语介绍，但可以索要一份英文导览材料。除周一、周六下午和新年假期外，资料馆每天开放。门票成人 100 日元，中小学生 50 日元。开放时间：9:00~17:00。

屋久杉自然馆

这家位于安房的博物馆用于全面介绍屋久岛上树龄千年以上的日本柳杉——“屋久杉”。年轮紧密的树桩横截面能令人直观地了解屋久杉缓慢的生长速度。同时展出的还有伐木设备，从古老的手动工具到现代的电锯一应俱全。此外还有用屋久杉加工的屋根板复制品、威尔逊树桩的电脑图像，以及那棵著名的“绳文杉”的树枝实物。树枝长达 5 米，重达 1.2 吨，被 2005 年的一场大雪压断落下。室外停放的柴油机车是过去将屋久杉从山上运到村里的运输工具。博物馆还为孩子们准备了各种体验项目。该馆提供配备中、英文讲解的语音导览笔以及带耳机的语音导览。每月的第 1 个周二（5 月和 8 月除外）和新年假期闭馆。开放时间：9:00~17:00，16:30 停止入场。

<繁体字>

五花八門的博物館

屋久島有很多的自然和歷史文化博物館，各博物館均致力於讓遊客更深入地了解島上的自然與文化傳統，來豐富遊客的體驗。

屋久島環境文化村中心

該中心位於宮之浦港附近。館內用一個向上的緩坡展示島上從亞熱帶海岸到寒冷山地的過渡。展覽分為水、海洋、村莊、森林和山地信仰等區域。大型寬銀幕影院動態呈現島上的自然環境，令人身臨其境。名為《屋久島，森林與水的交響曲》（日語版）的專題影片每日有數場放映場次。展館提供簡明的英文標示和配備英文講解的語音導覽筆，還設有一個遊客服務櫃檯。這裡除每週一和新年假期外全年開放。劇場及展廳門票為成人 530 日圓，大學/高中生 370 日圓，國中/小學生 270 日圓。開放時間：9:00~17:00，展廳 16:30 停止入場。

屋久島環境文化研修中心

這個為成人和兒童設立的學習中心位於安房港附近，主要舉辦研討會、會議和其他與屋久島自然環境、產業及日常生活相關的活動。中心內還提供住宿。該設施靠近屋久島世界遺產保護中心和屋久杉自然館。開放時間：9:00~17:00，房客不受限制。

屋久島世界遺產保護中心

屋久島於 1993 年被列入聯合國教科文組織世界遺產名錄。之後，該中心於 1996 年作為日本環境省的設施開放，由環境省職員負責運營。中心除了展示世界遺產地區之外，還向遊客介紹屋久島國立公園、島上的自然環境和環境保護活動。這裡有英文展板，同時也

提供登山資訊。該中心除了 12 月至次年 2 月間每週六，以及新年假期（12 月 29 日～1 月 3 日）外，全年開放，免費入場。開放時間：9:00～17:00，16:30 停止入場。

屋久島町歷史民俗資料館

該館位於宮之浦河畔，展覽的是屋久島居民從繩文時代（西元前 10,000–西元前 300 年）至今的日常生活用品，包括木製工具、手工藝品、面具和陶瓷器，此外還有對飛魚召喚舞、拔河大會等傳統歌舞和節日活動用品的介紹。「屋根板」是當地鋪設在屋頂代替瓦片的木板，它是江戶時代（1603-1867）屋久島的重要生活物資，島上不僅每年都要以屋根板納稅，大米、小麥、大麥等生活必需品也要用它交換。館外還有一棟複製的傳統小民房。展覽只有日語簡介，但可以領取一份英文導覽。除週一、週六下午和新年假期外，資料館全年開放。成人票為 100 日圓，中小學生的學生票為 50 日圓。開放時間：9:00～17:00。

屋久杉自然館

這家位於安房的博物館專門介紹屋久島上樹齡超過千年的日本柳杉——「屋久杉」。年輪緊密的樹樁橫截面能令人親身感受屋久杉緩慢的生長速度。同時展出的還有伐木設備，從古老的手動工具到現代的電鋸一應俱全。此外還有以屋久杉為原材料製成的屋根板的複製品、威爾遜樹樁的數位圖像，以及 2005 年在大雪的重壓下，折斷的那棵著名的繩文杉的樹枝實物，該樹枝長達 5 公尺，重達 1.2 公噸。室外停放的柴油機車是過去將屋久杉從山上運到村裡的運輸工具。博物館還為兒童準備了各種體驗專案。該館提供中、英文講解的語音導覽筆以及語音導覽耳機。每月的第 1 個週二（5 月和 8 月除外）和新年假期閉館。開放時間：9:00～17:00，16:30 停止入場。

<日本語仮訳>

様々な博物館

屋久島に数多くある自然や文化史に関する博物館は、観光客が島の伝統をより深く理解することを通じて、島での体験をより豊かなものにするを目的としています。

屋久島環境文化村センター

宮之浦港の近くに位置し、上り勾配のスロープに沿って亜熱帯の海岸から寒冷な山地への推移を表現するように展示物を並べています。展示物は、水、海、村、森、山岳信仰に関するセクションに分かれています。大型のワイドスクリーンシアターでは、島の自然環境をダイナミックに再現。特集映像、「屋久島 森と水のシンフォニー」（日本語）は 1 日数回上映されています。簡単な英語の看板と英語ガイド（音声ガイドペン）があり、館内にはツーリストカウンターもあります。この施設は、原則として年末年始を除く火曜日から日曜日まで、年間を通して開館しています。シアター・展示ホールへの入場料は大人は 530 円、大学・高校生は 370 円、中・小学生は 270 円です。ご利用時間は 9:00 から 17:00 までになっており、展示ホールの入場は 16:30 までとなっています。

屋久島環境文化研修センター

ここは安房港近くにある大人と子供などセミナー参加者向けの研修施設で、セミナーや会議、屋久島の自然環境や産業、生活に関わるその他のイベントなどを開催しています。敷地内には宿泊施設も備えています。この施設は、屋久島世界遺産センターや屋久杉自然館に程近いです。ご利用時間は 9:00 から 17:00 までとなっています。宿泊者はこの限りではありません。

屋久島世界遺産センター

安房にあるこの施設は、1993 年に屋久島がユネスコ世界遺産に登録されたことを受けて、1996 年に環境省の職員による環境省の施設としてオープンしました。世界遺産の展示をはじめ、屋久島国立公園や島の自然環境、環境保全活動などを紹介しています。英語の情報パネルがあり、登山情報も提供されています。休館日は 12 月から 2 月までの毎週土曜日および年末年始（12 月 29 日～1 月 3 日）です。ご利用時間は 9:00 から 17:00 になっており、入館は 16:30 までとなっています。入場料は無料です。

屋久島町歴史民俗資料館

宮之浦治いにあるこの施設は、縄文時代（紀元前 10,000 – 300 年）から現在に至るまでの、屋久島の人々が生活で使用していた木工具や工芸品、仮面、陶磁器などを展示。また、トビウオ招きや綱引き祭りなどの伝統芸能や祭りの品々も展示されています。江戸時代（1603–1867）の間、この瓦の代わりに屋根面に葺く「屋根板」は、年貢を納めたり、米や小麦、大麦などの生活必需品と交換したりするときに使われていたため、生活に欠かせないものでした。施設の外には、小さな古民家のレプリカが佇んでいます。展示は日本語のみですが、希望すれば英語のラミネートガイドシートを利用できます。この施設は月曜日、土曜日の午後、年末年始を除いて毎日開館しており、ご利用時間は 9:00 から 17:00 までになっています。入場料は、大人は 100 円、小中高生は 50 円です。

屋久杉自然館

安房にあるこの博物館は、樹齢 1,000 年以上の島の杉、屋久杉のすべてを伝える施設です。年輪の間隔が密になった切り株の断面は屋久杉の成長の遅さを物語っています。また、昔の手工具から現代のチェーンソーまでの伐採器具や、屋久杉の屋根板のレプリカ、ウィルソンの切り株の CG イメージ、名な縄文杉の実物の枝なども展示。この枝は長さ 5 メートル、重さ 1.2 トンもあり、2005 年に大雪の重さで折れました。屋久杉の丸太を山から集落へ運ぶためのディーゼル機関車が屋外に展示されています。子ども向けの体験型展示もあります。中国語・英語の音声ガイドペンと音声ガイド付きヘッドフォンが利用可能です。休館日は毎月第一火曜日（5 月・8 月を除く）と年末年始です。ご利用時間は 9:00 から 17:00 までになっており、入館は 16:30 までとなっています。

【タイトル】 口永良部島

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

口永良部島

口永良部島是一座活火山島，島嶼的一部分由火山噴發的岩漿形成。

交通

口永良部島上沒有機場，只能搭乘由屋久島町運營的渡船前往，從屋久島的宮之浦港出發約需 1 小時 40 分鐘。渡船每日 1 班，雙日上午出發，單日下午出發，在口永良部島僅停留 30~40 分鐘。因此，從屋久島往返口永良部島至少需要 2 天。汽車和自行車可以上渡船，但需額外付費。島上幾乎沒有其他交通工具。

地區和人口

口永良部島面積約 38 平方公里，周長約 50 公里。2020 年 11 月時，島上有 64 戶人家 103 人。在 20 世紀初該島硫磺開採的高峰期，人口曾一度高達 1000 多人，但此後隨著勞動人口的離開和出生率的下降，當地人口也不斷減少。

生活方式

這裡的居民大多過着簡樸的生活，靠捕魚自給自足。島上只有一家酒鋪。如果由於天氣惡劣輪渡停運，可能 7~10 天都沒有食物送來。許多島民家裏有好幾台冰箱和大冰櫃，用以儲藏食物以備不時之需。

島上沒有醫院，也沒有駐島醫生。島上共有 4 個溫泉，均以療效顯著聞名，本地居民愛去其中一家寢待溫泉泡澡。

動物和植物

火山灰形成的富含礦物質的土壤，為作物提供了豐富的營養；寒、暖流交匯造就了理想的海洋生態環境，令環島皆是富饒的漁場。該地區已確認的魚類和貝殼類生物將近 700 種，此外還不斷有新品種被發現。日本龍蝦(*Panulirus japonicus*)是本地特產。大個頭的琉球狐蝠(*P. d. dasymallus*)是口永良部島特有動物，這裡是狐蝠科(*Pteropodidae*)在世界最北沿的棲息地，因此這種狐蝠於 1975 年被指定為國家天然紀念物。它們的身體為深褐色，雄性脖子上的色帶為黃色，雌性為白色，體長 25 厘米，飛行依靠視力而非聽力。2015 年新岳火山噴發，導致狐蝠覓食的樹林面積縮小，這令它們於 2019 年被指定為國家稀少野生動植物。

物种。过去，每年 6、7 月间岛上群山都会被丸叶皋月杜鹃(Rhododendron eriocarpum)染成粉红，但自从 2015 年的火山喷发导致这种植物大面积死亡后，再无花开。

2012 年 3 月，口永良部岛作为“代表日本的杰出自然风景地”被指定为屋久岛国立公园的一部分，2016 年又被列入了屋久岛—口永良部岛联合国教科文组织生物圈保护地(Yakushima-Kuchinoerabu UNESCO Eco Park)。

<繁体字>

口永良部島

口永良部島是一座活火山島，島嶼的一部分由火山噴發的岩漿形成。

交通

口永良部島上沒有機場，只能搭乘由屋久島町經營的渡輪前往，從屋久島的宮之浦港出發約需 1 小時 40 分鐘。渡輪每日 1 班，雙日上午出發，單日下午出發，在口永良部島僅停留 30~40 分鐘。因此，從屋久島往返口永良部島至少需要 2 天。汽車和自行車可以上渡輪，但需額外付費。島上幾乎沒有其他交通工具。

地區和人口

口永良部島面積約 38 平方公里，周長約 50 公里。2020 年 11 月時，島上人口為 103 人，共計 64 戶。20 世紀早期，島上硫磺礦產業興盛時，人口曾一度超過 1000 人，但隨著勞動力出走和生育率下降，當地人口不斷減少。

生活方式

這裡的居民大多過著簡樸的生活，靠捕魚自給自足。島上只有一家酒鋪。如果由於天氣惡劣渡輪停運，可能 7~10 天都沒有食物送來。許多島民家裡備有數台冰箱和冷凍櫃，用以儲藏食物以備不時之需。

島上沒有醫院，也沒有駐島醫生。島上共有 4 座溫泉，以藥用價值而聞名，本地居民愛去其中一家寢待溫泉泡澡。

動物和植物

火山灰形成富含礦物質的土壤，為作物提供了豐富的營養；寒、暖流交匯造就了理想的海洋生態環境，令環島皆是富饒的漁場。該地區已確認的魚類和貝殼類生物將近有 700 種，此外還不斷有新品種被發現。日本龍蝦 (*Panulirus japonicus*) 是本地特產。體型碩大的琉球狐蝠 (*P. d. dasymallus*) 是口永良部島特有動物，這裡是狐蝠科 (*Pteropodidae*) 在世界最北端的棲息地，因此這種狐蝠於 1975 年被指定為國家天然紀念物。牠們的身體呈深褐色，雄性脖子上的色帶為黃色，雌性為白色，體長 25 公分，飛行依靠視力而非聽力。2015 年新岳火山噴發，導致狐蝠賴以覓食的樹林面積縮小，數量銳減，因此狐蝠於 2019 年被指定為國家稀少野生動植物種。過去，每年 6、7 月間島上群山都會被丸葉皋月杜鵑

(*Rhododendron eriocarpum*) 染成一片粉紅，但自從 2015 年的火山噴發導致該種杜鵑大面積死亡後，再無花開遍野的景色了。

2012 年 3 月，口永良部島作為「代表日本的傑出自然風景地」被指定為屋久島國立公園的一部分，2016 年又被列入屋久島一口永良部島聯合國教科文組織生物圈保護地（Yakushima-Kuchinoerabu UNESCO Eco Park）。

<日本語仮訳>

口永良部島

口永良部島は活火山の島で、島の一部はその噴火により放出されたマグマから形成されました。

アクセス

口永良部島には空港がなく、屋久島町が運航するフェリーでのみ行くことができ、屋久島の宮之浦港からの所要時間は約 1 時間 40 分です。このフェリーは偶数日の午前と奇数日の午後に 1 日 1 便運航しており、口永良部島には 30 分から 40 分しか停泊しません。このため、屋久島とこの島の間を往復するには少なくとも 2 日が必要です。車両や自転車は追加料金でフェリーに載せて運ぶことができ、口永良部島ではそれ以外の交通手段はほとんどありません。

地域と人口

口永良部島は面積約 38 平方キロメートルで、外周は約 50 キロメートルです。2020 年 11 月時点での人口は 103 人で、世帯数は 64 でした。20 世紀初頭、この島の硫黄採掘ブームの最盛期に人口は最高で 1,000 人強に達しましたが、それ以降、労働人口が去り、出生率が低下するにつれて減少してきました。

ライフスタイル

島民は通常、自分で魚を捕る質素な暮らしをしています。島にある店は酒屋のみ。エリーの運航が悪天候で停止した場合は、食料が 7 日から 10 日届かないこともあります。多くの家庭は食料の備蓄用に複数の冷蔵庫や大型の冷凍庫を所有しています。

島には病院や常駐の医者はいません。地元の人々はこの島に 4 つある薬効が高いことで知られる温泉の内の 1 つ寝待温泉で入浴しています。

動植物

火山灰がミネラルに富んだ土壌を形成し、豊かな恵みをもたらします。寒流と暖流が混ざり合い、海洋生物にとって最適な生態系を作り出しているため、この島を絶好の漁場が取り囲んでいます。700 種近くに及ぶ魚介類が周辺海域で確認され、今でも新種が発見され続けています。伊勢海老（*Panulirus japonicus*）が地元の特産品です。大きなエラブオオコウモリ（*P. d. dasymallus*）はこの地域に固有の種で、世界においてこの島がオオコウモリ類（*Pteropodidae*）の北限生息地となっており、それが理由となって、この種は 1975 年に日本の天然記念物に指定されました。エラブオオ

コウモリの胴体は焦げ茶色で、胴体オスには黄色の、メスには白色の輪が首の周りにあります。体長は約 25 センチで、音よりも視界を頼りにして飛びます。2015 年の新岳の噴火は、このコウモリが餌とする樹木の数を減少させ、その結果このコウモリは 2019 年に国内希少野生動植物種に指定されました。マルバサツキ (*Rhododendron eriocarpum*) は通常 6 月から 7 月にかけて山の峰々を覆いますが、2015 年の噴火がこの植物を壊滅させて以来、未だ咲いていません。

口永良部島は 2012 年 3 月に「日本を代表する傑出した自然の風景地」として、屋久島国立公園の一部に指定され、2016 年に屋久島・口永良部島ユネスコエコパークの一部に指定されました。

【タイトル】 新岳および古岳

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**新岳和古岳**

萨南群岛位于日本西南部，口永良部岛是群岛中最大的一座火山岛。该岛由若干座火山构成，其中古岳（649米）和新岳（657米）是活火山。

火山景观

古岳和新岳构成的活火山景观具备喷气孔、喷火口，以及喷发造成的龟裂等典型特征。据研究，这些火山大约在50万年前形成于海底，已知在1万5千年前和1万1千年前之间经历过两次大喷发。两座火山近来每隔几年或几十年就会喷发一次，1933和1934年的两次喷发威力巨大，将距离火山口1.7公里以东的七釜村夷平。喷出地表的岩浆大部分是安山岩熔岩。山上常年因大量的水蒸气而雾气升腾。在口永良部岛北部海岸的向江滨海滩（2015年喷发后关闭）、西之汤和寝待温泉等处，掘开土壤就会看到有热水汩汩涌出。潜水者们反映，海床上有气泡冒出，周边水温也明显高于别处。

2015年喷发的经验教训

2014年8月3日，新岳34年来首次喷发，紧接着又于2015年5月29日再度喷发。2015年喷出的火山灰直上9千米高空，岛上所有居民和家畜都被迫疏散至相邻的屋久岛。经过长达近半年的避难生活，岛民们被折腾得疲惫不堪，表示即使再有大喷发也不愿意离开家园。为了不再让大家流离失所，此后，当地在番屋峰建造了避难所和直升机场，还经常举办疏散演习。学校的老师们都在指定位置停车，便于在火山喷发时有效疏散学生。岛上的防灾设施和路线会得到例行检查，日本气象厅也定期派人上岛监控火山活跃度。地方政府在火山上安装了摄像头，并在全岛布置了监测设备，相关数据会传至福冈管区气象台进行分析。

<繁体字>**新岳和古岳**

薩南群島位於日本西南部，口永良部島是群島中最大的一座火山島。該島由若干座火山構成，其中名為古岳（649公尺）和新岳（657公尺）的火山現在依然活躍。

火山景觀

古岳和新岳構成的活火山景觀具有噴氣孔、噴火口，以及噴發造成的龜裂等典型特徵。據研究，這些火山大約在 50 萬年前於海底形成，已知在 1 萬 5 千年前和 1 萬 1 千年前之間經歷過兩次大噴發。兩座火山近來每隔幾年或幾十年就會噴發一次，1933 和 1934 年的兩次噴發威力巨大，將距離火山口 1.7 公里以東的七釜聚落夷平。噴出地表的岩漿大部分是安山岩熔岩。山上常年氣霧升騰，水蒸氣佔據絕大部分。在口永良部島北部海岸的向江濱海灘（2015 年噴發後關閉）、西之湯和寢待溫泉等處，挖開土壤就會看到有熱水湧出。水肺潛水者們反映，他們看到海床上冒出氣泡，周邊水溫也明顯高於別處。

2015 年噴發的經驗教訓

2014 年 8 月 3 日，新岳 34 年來首次噴發，緊接著又於 2015 年 5 月 29 日再度噴發。2015 年噴出的火山灰直上 9 千公尺高空，島上所有居民和家畜都被迫疏散至鄰近的屋久島。經過長達近半年的避難生活，島民們被折騰得疲憊不堪，表示即使再有大噴發也不願意離開家園。為了不再讓大家流離失所，此後，當地政府在番屋峰建造了避難所和直升機場，還經常舉辦疏散演習。學校的老師們都在指定位置停車，以便在火山噴發時有效率地疏散學生。同時，對島上的避難設施和路線會進行例行檢查，日本氣象廳也定期派人登島監控火山活躍度。此外，當地政府在火山上安裝了攝影機，並在全島佈置了監測設備，相關資料會傳至福岡地區氣象台進行分析。

<日本語仮訳>

新岳および古岳

日本の南西部にある薩南群島の中で最も大きい火山島である口永良部島は、複数の火山から成り、そのうち古岳（649m）と新岳（657m）は今も活動を続けています。

火山景観

活火山である古岳と新岳の景観は噴氣孔、噴火口、また火山の亀裂を特徴としています。これらの火山は約 50 万年前に水中で形成されたと考えられており、15,000 年前から 11,000 年前までの間に 2 回にわたって大きな噴火が起こったことが知られています。最近では、これらの火山は数年もしくは数十年ごとに断続的に噴火しており、1933 年と 1934 年に起こった噴火は火口の 1.7 キロメートル東にあった七釜集落を全滅させるだけの規模に達しました。地表に噴出したマグマの大半は安山岩質溶岩です。主に水蒸気から成る噴煙が常に立ち上っています。島の北海岸にある向江濱（2015 年の噴火に伴い閉鎖）、西ノ湯、および寢待温泉といった場所では土壌が掘り取られたところに地下から熱水が湧いてきます。スキューバダイバーたちは著しく温かい水温に付随して海底から泡が生じるのを見たときと報告しています。

2015 年の噴火の教訓

新岳は 2014 年 8 月 3 日に 34 年ぶりに噴火し、さらに 2015 年 5 月 29 日に再び噴火しました。2015 年の噴火は灰の噴煙を約 9,000 メートル上空まで届け、すべての島民とその家畜は、隣

島の屋久島に避難することを余儀なくされました。島民は半年近くに及ぶ長い避難生活で疲れ果て、次にまた噴火が起こったとしても島を離れる気にはなれなくなりました。その後、島民が将来は島から避難しないで済むようにと、避難施設とヘリポートが番屋ヶ峯に建設されました。避難訓練は頻繁に行われています。学校では、教師たちは事前に取り決められた配置で車を駐車し、噴火の際に効率的に生徒たちを避難させられるようにしています。避難施設や経路は定期的な点検が行われ、気象庁の職員も火山活動を監視するため定期的に訪れます。火山の活動を記録するビデオカメラが地方官庁によって火山に設置され、また、分析のために福岡管区気象台送信される値を測定する機器が島の至る所に設置されています。

【タイトル】金峯神社

【想定媒体】WEB

<簡体字>

金峰神社

金峰神社是口永良部島的主神社，也是島上唯一的一座有神主（神社的男祭司）的神社。这里曾发现绳文时代（公元前 10,000—公元前 300 年）遗迹，说明早在远古时代就有人类到达此地。

兴建

从 11 世纪晚期开始，日本本土九州島最南端的开闻岳就被“隼人”崇拜，“隼人”是古代居于九州島南部地区的原住民。开闻岳在 9 世纪晚期发生过几次大喷发，因此被视为火神居住的圣山。相传，隼人募资在口永良部島修建金峰神社是为祈求岛屿免受火山之害。

神社供奉男山神“金山比古命”和女山神“金山比女命”，人们相信他们具有阻止火山喷发的神力。同时，他们也是矿藏和矿工的保护神。在 19 世纪 60 年代至 20 世纪 40 年代早期，口永良部島上硫磺矿业蓬勃发展，当时人们都前来向这两位山神祈祷。

祭典

1841 年，新岳火山在农历四月初三和六月十五两次喷发。此后，为了安抚山神，避免喷发，每年的这两天都要举行祭典，但如今四月的春祭已经不再进行。从前春祭时，岛民们曾举办相扑比赛和舞蹈表演作为对神灵的献礼；夏祭至今仍在举行，节日里同样要向神灵奉献舞蹈。届时，男子跳“棒舞”——他们各持一根 3 尺（91 厘米）或 6 尺（182 厘米）的棍棒，面对面起舞。女子跳“日之本舞”——她们手持绘有代表日本的旭日图样的扇子，和着一首歌颂“一之谷之战”的歌谣翩翩起舞，祈祷和平。一之谷之战发生在日本中世纪，当时日本的统治者平家在此战役中败北。

山海景观和印度图案

金峰神社坐山望海，可将群山、大海和村庄一览无余，它占据着保护山岳、护佑海上安全、捍卫村民的绝佳位置，极好地体现了日本传统的自然崇拜。神社圣域的白梁上绘着象头和莲花图案，人们相信，这是来自印度文化的影响，很可能是由一位曾在奈良金峰山寺修行过的行僧引入的。台阶前有一尊“藏王权现”像，他是融合了佛教和山岳崇拜的修验道信仰的保护神，所以人们认为这些图案都是由修验道行僧“山伏”带到金峰神社的。

<繁体字>

金峰神社

金峰神社是口永良部島的主神社，也是島上唯一的一座有神主（神社的男祭司）的神社。這裡曾發現繩文時代（西元前 10,000–西元前 300 年）遺跡，說明早在遠古時代就有人類到達此地。

興建

從 11 世紀晚期開始，日本本土九州最南端的開聞岳就被「隼人」崇拜，「隼人」是古代居於九州南部地區的原住民。開聞岳在 9 世紀晚期曾發生過數次大噴發，因此被視為火神居住的聖山。相傳，隼人募資在口永良部島修建金峰神社是為祈求島嶼免受火山之害。

神社供奉男山神「金山比古命」和女山神「金山比女命」，人們相信牠們具有阻止火山噴發的神力。同時，牠們也是礦山和礦工的保護神。在 1860 年代至 1940 年代早期，口永良部島上硫磺礦業蓬勃發展，當時人們都前來向這兩位山神祈禱。

祭典

1841 年，新岳火山在農曆四月初三和六月十五兩次噴發。此後，為了安撫山神，避免噴發，每年的這兩天都要舉行祭典，但如今四月的春祭已經不再進行。從前春祭時，島民們曾舉辦相撲比賽和舞蹈表演作為對神靈的獻禮；夏祭至今仍在舉行，節日裡同樣要向神靈奉獻舞蹈。屆時，男子跳「棒舞」——他們各持一根 3 尺（91 公分）或 6 尺（182 公分）的棍棒，面對面起舞。女子跳「日之本舞」——她們手持繪有代表日本的旭日圖樣的扇子，伴隨著歌頌「一之谷之戰」的歌謠翩翩起舞，祈禱和平。一之谷之戰發生在日本中世紀，當時日本的統治者平家在此戰役中敗北。

山海景觀和印度圖案

金峰神社坐山望海，可將群山、大海和村莊一覽無餘，它佔據著保護山岳、護佑海上安全、捍衛村民的絕佳位置，極好地體現了日本傳統的自然崇拜。神社聖域的白樺上繪著象頭和蓮花圖案，人們相信，這是受印度文化的影響，很可能是由一位曾在奈良金峰山寺修行過的行僧引入的。台階前有「藏王權現」像，牠是融合了佛教和山岳崇拜的修驗道信仰的保護神，所以人們認為這些圖案都是由修驗道行僧「山伏」帶到金峰神社的。

<日本語仮訳>

金峯神社

金峯神社は口永良部島の主要な神社で、島で唯一神主（神事に仕たえる男性）がいる神社です。その土地からは縄文時代（紀元前 10,000 年 – 300 年）の遺跡が見つかっており、古代からこの場所の人々がいたことを示しています。

設立

11 世紀後半ごろから、隼人と呼ばれる古代南九州に居住していた一部族は日本本土の一部である九州の南端にあった開聞岳を崇拜していました。開聞岳は 9 世紀後半に数回の大噴火を経験しており、火の神が住む聖なる山であるとみなされていました。この隼人の人々は、島を火山から守るため、口永良部島の金峯神社建設のための寄付金を集めたと言われています。

この神社は金山比古命と金山比女命という、火山噴火を止める神力を持つと信じられている男と女の山の神を祀っています。彼らはまた、鉾山と鉾夫の守り神でもあり、口永良部島で硫黄の採掘が栄えた 1860 年代から 1940 年代初頭まで祈りの対象となっていました。

祭り

新岳は 1841 年、太陰暦の第 4 の月の 3 日目と、第 6 の月の 15 日目に噴火しました。以来、これらの 2 つの日付には山々を鎮め、噴火を防ぐことを目的に祭りが執り行われていました。春の祭りは現在では催されていませんが、島民が相撲の取り組みに参加したり、踊りを舞ったりして神々に奉納していました。夏の祭りは現在でも執り行われており、島民が神々に踊りを奉納します。「棒踊り」では、男性たちが 3 尺（91cm）もしくは 6 尺（182cm）の棒を持って、互いに対峙します。「日の本踊り」では、女性たちが日本の日の丸が描かれた扇子を持ち、平和のための祈りとして、中世日本を支配していた平家が敗退した戦いの 1 つである、一ノ谷の戦いのことを詠った歌に合わせて踊ります。

景観とデザイン

金峯神社は山々や海、また集落を見下ろす高い丘の上という、山々を護り、海の安全を確保し、集落を守るには最適な場所にあり、日本古来の自然崇拝の典型となっています。神社の聖域には象の頭と蓮の花のデザインをあしらった白い梁がありますが、これはインドの影響であると信じられており、おそらく奈良の金峯山寺で修業した山伏によって持ち込まれたのであろうと考えられています。階段の前には山岳信仰と仏教を融合させた混交宗教である修験道の守り神、蔵王権現の像があります。山伏として知られる修験道の行者たちがこれらのモチーフを金峯神社にもたらしたと信じられています。

【タイトル】 花尾神社

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**花尾神社**

花尾神社位于金峰神社旁，它的本社是本土的鹿儿岛市花尾神社，岛上这座是分社。这座神社供奉的是南九州萨摩藩领主岛津忠久(?-1227)的生母丹后局(?-1216)。岛津忠久也是岛津家族的开创者。本地居民多来此祈祷求安产，每年农历八月十二，神社会举办安产祈愿祭典。

鹿儿岛的花尾神社本社建于 1218 年。据说在 1681 年至 1683 年间，岛津家族第 19 代家主岛津光久(1616-1695)积极推动在其领地各处修建花尾神社分社，口永良部岛的这座就是其中之一。

<繁体字>**花尾神社**

花尾神社位於金峰神社旁，它的本社是鹿兒島市的花尾神社，島上這座是分社。這座神社供奉的是島津家族的開創者、南九州薩摩藩領主島津忠久（?-1227）的生母丹後局（?-1216）。當地居民多來此祈求安產，每年農曆八月十二日，神社會舉辦安產祈願祭典。

鹿兒島的花尾神社本社建於 1218 年。據說在 1681 年至 1683 年間，島津家族第 19 代家主島津光久（1616-1695）積極推動修建在其領地各處的花尾神社分社，口永良部島上的花尾神社就是其中之一座。

<日本語仮訳>**花尾神社**

金峯神社の隣に位置する花尾神社は、本土の鹿児島市にある本社、花尾神社の分社です。この神社は南九州薩摩藩の大名島津氏の基礎を築いた島津忠久（?-1227）の生母、丹後局（?-1216）を崇めています。地元の人々は安産を祈願するためにお参りし、また安産を祈願する祭りが毎年太陰暦の第 8 の月の 12 日目に開かれます。

鹿児島にある花尾神社の本社は 1218 年に建てられました。島津家 19 代当主であった島津光久（1616-1695）が 1681 年から 1683 年にかけて、口永良部島を含めた藩領の至る所に分社を建てることを推し進めたと言われています。

【タイトル】 権現神社

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**权现神社**

权现神社供奉着口永良部岛东部的汤向温泉之神。神社据说建于江户时代(1603-1867), 具体年代已不可考。关于汤向温泉起源的传说颇多, 其中一个故事说的是一位猎人猎鹿迷路时听到鸟声, 低头看见山谷下的池塘里有一只白鸡。他立即张弓射箭, 正中目标, 白鸡却凭空消失了, 只剩池塘上白烟翻滚。猎人爬下山, 用手触摸池水, 发现池塘竟然变成了温泉。后来温泉的治疗功效逐渐为人所知, 本地居民开始频繁光顾。

权现神社供奉的就是这只传说中的白鸡, 人们相信它是某位神道教神灵的化身。20 世纪 50、60 年代, 汤向居民铃木太郎特地绘制了一对雌雄白鸡像敬献给神社。与温泉疗效相关的医药之神——少名毘古那神也被供奉于神社中。目前, 汤向温泉的洗浴设施由当地女村民负责维护。这个温泉的特色是水中漂浮着矿物成分沉淀后的盐化物“汤花”。温泉水直接引自水源, 未经过滤和加温。男女各有专用浴池, 全年 24 小时开放, 任何人都可以使用。

<繁体字>**權現神社**

權現神社供奉著口永良部島東部的湯向溫泉之神。神社據說建於江戶時代（1603-1867），具體年代已不可考。關於湯向溫泉起源的傳說頗多，其中一個故事描述一位獵人獵鹿迷路時聽到鳥聲，低頭看見山谷下的池塘裡有一隻白雞。他立即張弓射箭，正中目標，但白雞卻憑空消失了，只剩池塘上白煙翻滾。獵人爬下山，用手觸摸池水，發現池塘竟然變成了溫泉。後來溫泉的治療功效逐漸為人所知，當地居民開始頻繁造訪。

權現神社供奉的就是這隻傳說中的白雞，人們相信牠是某位神道教神靈的化身。1950～1960 年代，湯向居民鈴木太郎特地繪製了一對雌雄白雞像敬獻給神社。與溫泉療效相關的醫藥之神——少名毘古那神也被供奉於神社中。目前，湯向溫泉的洗浴設施由當地女村民負責維護。這個溫泉的特色是水中漂浮著礦物成分沉澱後的鹽化物「湯花」。溫泉水直接引自水源，未經過濾和加溫。男女各有專用浴池，全年 24 小時開放，任何人都可以使用。

<日本語仮訳>

権現神社

権現神社は口永良部島の東部に位置する湯向温泉の神を祀っています。この神社の年代は不明ですが、江戸時代（1603-1867）に建てられたと言われています。この温泉の起源にまつわる言い伝えには諸説あります。ある物語によると、1 人の狩人が鹿を追っている間に道に迷ってしまったところ、鳥の鳴き声を聞いたのだそうです。谷をのぞき込むと、池に 1 羽の白い鶏が見えました。彼はすぐに弓で矢を放ち、その鶏を射止めました。しかし、その鶏の姿は消え、池からは白い煙がもうもうと噴き出したのだそうです。狩人が山を這うように降り、池に触れたところ、それが温泉に変わったのだそうです。やがてその効能が知られるようになり、地元の人々はその温泉を頻繁に訪れるようになりました。

権現神社は、神道の神の化身だと信じられている、この伝説の白い鶏を祀っています。1950 年代から 1960 年代頃に湯向の住民であった鈴木太郎氏によって描かれた、雄と雌の白い鶏の絵がこの神社に奉納されています。権現神社はまた、温泉の薬効に関連して、医薬の神である少名毘古那神を祀っています。現在は、湯向集落の女性たちがこの温泉施設を維持管理しています。湯の中に舞う温泉に含まれる成分が固形化したもの、「湯の花」からも分かるように、ろ過もボイラー加熱もしていない源泉かけ流し。男湯と女湯とは分かれており、年中無休で利用することが可能です。

【タイトル】カナ女の伝説

【想定媒体】WEB

<簡体字>**佳奈女的传说**

寝待温泉附近有棵孤松，凄凉的姿态仿佛在述说一段禁忌之恋。相传很久以前，汤向村里一名来自种子岛的僧人和“本村”（村名）村里名叫佳奈女的武士之女相爱。佳奈女频繁和僧人幽会，每次都要走过一条危险丛生的道路，单程需要花近 3 小时。当时的僧人不能娶妻，佳奈女的兄长发现了她的恋情，怕辱没家族声誉，不准她再见僧人。但佳奈女不顾兄长的警告，还是有了身孕，并且生下了孩子。恼怒的兄长埋伏在星峰溪谷抓住佳奈女，残忍地砍下了她的头颅。佳奈女的尸身和孩子跌落峡谷，只留下头颅挂在一棵孤松上，头发缠绕在松枝间。有人说，那孩子一直在哭喊着母亲，从此山间总回荡着孩子的哭声。但人们再也没找到佳奈女的尸身和她孩子的下落。

每年农历九月初一，也就是这场惨剧的祭日，佳奈女的后代都要献上生鱼片、红豆饭、盐和白米饭来安抚她的灵魂。他们相信，如果不这样做，家中将有厄运降临。

事发地现在已是一片密林。从本村到汤向即使驾车也需要约 50 分钟，足以说明佳奈女为见情人历经了多少艰难险阻。

<繁体字>**佳奈女的傳説**

寢待溫泉附近有棵孤松，淒涼的姿態彷彿在述說一段禁忌之戀。相傳很久以前，湯向村裡一名來自種子島的僧人和「本村」（村名）村裡名叫佳奈女的武士之女相愛。佳奈女定期去和僧人相會，每次都要走過一條險峻、單程近 3 小時的道路。當時的僧人不能娶妻，佳奈女的兄長發現了她的戀情，怕辱沒家族名聲，不准她與僧人再相見。但佳奈女不顧兄長的警告，不僅有了身孕，並且生下了孩子。惱怒的兄長埋伏在星峰溪谷抓住佳奈女，殘忍地砍下了她的頭顱。佳奈女的屍身和孩子跌落峽谷，只留下頭顱掛在孤松上，頭髮纏繞在松枝間。有人說，那孩子一直在哭喊著母親，從此山間總回蕩著孩子的哭聲。但人們再也沒找到佳奈女的屍身和她孩子的下落。

每年農曆九月初一，也就是這場慘劇的祭日，佳奈女的後代都要獻上生魚片、紅豆飯、鹽和白米飯來安撫她的靈魂。他們相信，如果不這樣做，家中將有厄運降臨。

事發地現在已是一片密林。從本村到湯向即使開車也需要約 50 分鐘，足以說明佳奈女為見情人歷經了多少艱難險阻。

<日本語仮訳>

カナ女の伝説

寝待温泉の近くにある 1 本の松の木は、見る者に背筋も凍る、禁じられた恋の物語を思い出させます。昔々、種子島から来た仏僧が湯向の集落に住んでおり、侍の娘であったカナ女は本村集落に住んでいたのです。2 人は恋に落ち、カナ女は片道 3 時間近くかかる危険な道を歩いて、たびたびこの僧に会いに行っていました。当時、僧侶は妻をめとることを禁じられていたのです。カナ女の兄はこの恋愛に気付き、家名を汚さないよう、僧と会うのをやめるように彼女に警告しました。しかし、兄の忠告にもかかわらず、カナ女は身ごもり、子を産みました。怒った兄は星ヶ峯の溪谷でカナ女を待ち伏せ、陰惨にもそこで彼女の首をはねました。カナ女の屍と子どもは谷底へと落下し、一方、彼女の頭部は髪の毛が一本松の枝に絡まり、木からぶら下がったままの状態でき残されました。子供は母を求めて泣き続け、以来、山々にこだまする赤子の泣く声が聞こえると言われていました。カナ女の屍も、子供も見つからなかったそうです。

この悲惨な出来事が起こった太陰暦の 9 月 1 日に、カナ女の子孫たちは毎年、彼女の霊を供養するため、刺身、赤飯、塩、そして白米を供えています。さもないと家族に不幸が降りかかると信じているからです。

現在この場所は深い森になっています。本村から湯向に行くには車でも約 50 分かかり、カナ女が愛する人と共に過ごすために甘受した労苦を証する道のりとなっています。

【タイトル】 湯向の牧場

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**汤向牧场**

汤向的市营牧牛场位于口永良部岛东部，1883年至1889年期间，这里曾是牧羊场。那时牧羊场在日本相当少见，受相邻的马毛岛牧羊业成功案例激发，岛民在政府支持下建起了这座牧场。

当时这座岛的领主岛津又七(1827-1911)认为汤向的荒地正是牧羊的理想场地，并且考虑到军方对羊毛的需求，觉得理应有利可图。1883年1月，由伊集院兼盛带领的团队建起了口永良部牧羊社，并在同年6月从明治政府那里得到了一笔8000日元的贷款和175头羊。到1885年，羊的数量增加到了570头，1886年达到了750头。但由于饲料、运输以及其他费用的上涨，公司很快难以为继，且台风灾害和偏远的地理位置也给他们带来了极大的障碍。1889年，牧羊场关闭并被公开拍卖。后来中央政府为了开垦土地，在岛上建立了农业移民聚居地，于是人们从奄美大岛和喜界岛上迁到了汤向。

不久以后，这片土地从牧羊转为牧牛，并一直繁盛到现代。但在遭遇了2015年的火山喷发后，饲养的小牛和其他牲畜被迫转移疏散，导致牧场业务一蹶不振。

<繁体字>**湯向牧場**

湯向的市立牧牛場位於口永良部島東側，1883年至1889年，這裡曾是牧羊場。當時牧羊場在日本相當少見，受相鄰的馬毛島牧羊業成功的刺激，島民在政府支持下建立了這座牧場。

當時這座島的領主島津又七（1827-1911）認為湯向的荒地正是牧羊的理想場地，並且考慮到軍方對羊毛的需求，覺得應有利可圖。1883年1月，由伊集院兼盛帶領的團隊建立了口永良部牧羊社，並在同年6月從明治政府那裡得到了一筆8000日圓的貸款和175頭羊。到1885年，羊的數量增加到了570頭，1886年達到了750頭。但由於飼料、運輸以及其他費用的上漲，公司很快難以為繼，且颱風災害和偏遠的地理位置也給他們帶來了極大的挑戰。1889年，牧羊場關閉並被公開拍賣。後來中央政府為了開墾土地，在島上建立了農業移民聚居地，於是人們從奄美大島和喜界島移居到了湯向。

不久以後，這片土地從牧羊轉為牧牛，並一直繁盛到現代。2015年火山噴發，飼養的小牛和其他牲畜被迫轉移疏散，此後牧場事業一蹶不振。

<日本語仮訳>

湯向の牧場

口永良部島東部の湯向にある町営の牛牧場は、1883年から1889年にかけて、最初は牧羊地として利用されていました。隣島馬毛島での羊牧の成功に刺激を受け、島民が政府の支援を受けて当時日本では珍しかった羊牧の牧場を立ち上げたのです。

この島を治めていた島津又七（1827-1911）は、湯向の未開墾地が牧羊地に最適な地形を提供しており、また軍の羊毛に対する需要から利益を期待できると考えたのです。伊集院兼盛率いる一団が口永良部牧羊社を1883年1月に設立し、その年の6月に明治政府から8,000円の貸付金と175匹の羊を受け取りました。羊の数は1885年までに570匹に増え、1886年までには750匹にまで増加。しかし、飼料代や輸送費などの高騰のためにこの会社はすぐに廃業となりました。彼らはまた台風の影響や口永良部島の辺りな立地という課題にも直面したのです。1889年にこの牧場は閉場し、公売にかけられました。その後、中央政府は土地を開拓するため農業植民地をつくり、人々が南の奄美大島や喜界島から湯向に移住しました。

その後間もなくこの地は牛牧場に変更され、現代まで栄えていましたが、2015年の噴火により子牛や他の家畜の避難が余儀なくされ、この牧場の活動は衰退したのです。

【タイトル】 松田新四郎の碑

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**松田新四郎纪念碑**

松田新四郎是 19 世纪时口永良部岛的领袖，他的纪念碑建在一所小学的旧址上，旁边就是他的墓地。1857 年，九州的萨摩藩计划在岛上发展糖业，并试图强制岛民从事劳役，松田新四郎和两位同伴奋力抵抗，结果 3 人作为蓄意破坏生产的阴谋策划者被拘留，并遭到木棒殴打。松田新四郎是 3 人中唯一的幸存者，虽身负重伤，但成功阻止了岛上的强制劳动。此后，他将余生全部投入社区工作，并分文不取。

松田新四郎的贡献还包括引进了税收制度。岛上对在口永良部岛港口靠岸的鲣鱼捕捞船征收税款，然后再利用税收改善岛上设施。松田新四郎一生致力于口永良部岛的发展，提倡植树也是他的诸多贡献之一。这些功绩都被镌刻在他的纪念碑上。

<繁体字>**松田新四郎紀念碑**

松田新四郎是 19 世紀時口永良部島的領袖，他的紀念碑建在一所小學的舊址上，旁邊就是他的墓地。1857 年，九州的薩摩藩計畫在島上發展糖業，並強制島民勞動生產糖，松田新四郎和兩位同伴奮力抵抗，結果 3 人被當做蓄意破壞生產的陰謀策劃者而被拘留，並遭到木棒毆打。松田新四郎是 3 人中唯一的倖存者，雖身負重傷，但成功阻止了島上的強制勞動。此後，他將餘生全部奉獻社區工作，並分文不取。

松田新四郎的貢獻還包括引進稅收制度。島上對在口永良部島港口靠岸的鯉魚捕撈船徵收稅款，然後再利用稅收改善島上設施。松田新四郎一生致力於口永良部島的發展，提倡植樹也是他的諸多貢獻之一。這些功績都被鑄刻在他的紀念碑上。

<日本語仮訳>**松田新四郎の碑**

19 世紀に口永良部島の頭であった松田新四郎を称える記念碑が、旧小学校跡にある彼の墓の隣に立っています。1857 年、九州の薩摩藩がこの島で強制労働による製糖業を開始した際、新四郎と 2 人の仲間は島民が無理やり働かされるのを阻止しようとしてしました。しかし、この 3 人は生産を妨害する計画の首謀者として収監され、木製の棒で打ちたたかれました。3 人のうち唯一生き残った新

四郎は、重傷を負いましたが、この島の強制労働に終止符を打つことに成功しました。彼はその後の人生をこの地域のために無報酬で働くことに費やしたのだそうです。

新四郎はまた、口永良部島に入港するカツオ漁船から税を徴収する制度を導入し、その税収入を利用してこの島の整備を賄ったことでも高く評価されています。人生をこの島の発展に捧げ、植林やその他の活動を推進した新四郎の業績が、この記念碑に刻まれています。

【タイトル】 口永良部島の石垣

【想定媒体】 WEB

<簡体字>**口永良部島石牆**

从本村輪渡站步行兩三分鐘，就來到了口永良部島的主街，街道兩旁是一排排年代不詳的石牆。砌牆用的是海邊收集來的圓石，未經切割加工的原石高高堆起，使牆壁看上去十分莊嚴。這些砌在房屋前的石牆可能有兩個作用：一是抵禦外來者入侵家園，二是保護房屋免遭颱風侵襲。石牆在日本西南部的島嶼上很常見，但口永良部島上的石牆據說要比更靠南的沖繩等地的更高，石塊也更大。遺憾的是，石牆以前一直缺乏維護和保存，近來在學者的呼籲下，人們才普遍認識到它們的獨特性以及作為文化財產的價值。

<繁体字>**口永良部島石牆**

從本村輪渡站步行兩三分鐘，就來到了口永良部島的主街，街道兩旁是一排排年代不詳的石牆。砌牆用的是海邊收集來的圓石，未經切割加工的原石高高堆起，這讓牆壁看上去十分莊嚴。這些砌在房屋前的石牆可能有兩個作用：一是抵禦外來者入侵家園，二是保護房屋免遭颱風侵襲。石牆在日本西南部的島嶼上很常見，但口永良部島上的石牆據說要比更靠南的沖繩等地的更高，石塊也更大。遺憾的是，石牆以前一直缺乏維護和保存，近來在學者的呼籲下，人們才普遍認識到它們的獨特性以及作為文化財產的價值。

<日本語仮訳>**口永良部島の石垣**

本村のフェリーポートから約 2～3 分歩いたところにある口永良部島の本通りには、年代不詳の石垣が並んでいます。これらの石は均一な切石ではなく、丸みのある、海で採集されたもので、高く積み上げられて、この壁に風格のある外観を与えています。家々の前に築かれたこれらの壁は、侵入者が敷地に入ってくるのを防ぎ、または台風風の風から家を守る 2 つの目的を持っていたのかもしれませんが。日本の南西部の島々では石垣は一般的ですが、口永良部島のものは沖繩のようなさらに南にある島々のものよりも高く、石も大きいと言われています。残念なことに、最近学者たちに指摘されるまで、これらの石垣の独自性や文化財としての価値は一般に評価されていなかったため、維持保存の作業が十分には行われてきませんでした。