

令和7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
004	自然	栃木県	塩原温泉ビジターセンター運営協議会	令和元年度	073
008	3地域	三重県	伊勢志摩国立公園地域協議会	平成30年度 令和元年度	701 086
029		沖縄県	国頭村役場	令和7年度	034

地域番号

004

協議会名

塩原温泉ビジター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
004-001	塩原温泉	405	看板
004-002	共同浴場	270	看板
004-003	各々の特徴を持つ塩原十一湯	1085	看板
004-004	塩原温泉の歴史	335	看板
004-005	塩原と文学のつながり	235	看板
004-006	源三窟	285	看板
004-007	葉の化石	300	看板
004-008	宮島層	300	看板
004-009	新湯爆裂火口跡	185	看板
004-010	新湯富士	250	看板
004-011	天狗岩	205	看板
004-012	旧塩原御料林	260	看板
004-013	塩原渓谷遊歩道：やしおコース	635	パンフレット
004-014	塩原渓谷遊歩道：回顧コース	675	パンフレット
004-015	塩原自然研究路：ビジターセンター または畑下温泉から新湯温泉神社まで	855	パンフレット
004-016	塩原自然研究路：大沼周回コース	625	パンフレット
004-017	天皇の間・セツ岩コース（ビジターセンターエリア）	540	パンフレット
004-018	温泉街観光コース	785	パンフレット
004-019	雄飛の滝線歩道	495	パンフレット
004-020	竜化の滝	165	看板
004-021	布滝	180	看板
004-022	材木岩	155	看板
004-023	日本における滝の歴史と伝統	330	看板
004-024	野立岩	135	看板
004-025	紅葉	175	看板
004-026	塩原の野鳥	615	看板
004-027	地名の由来	555	看板
004-028	鳥類学者、清棲幸保	635	看板

【タイトル】 塩原温泉

【想定媒体】 看板

<簡体字>

盐原温泉

盐原温泉乡坐落于那须岳（1915 米）与高原山（1795 米）之间一处被帚川侵蚀而成的溪谷中。河岸边温泉群星罗棋布，形成了 11 个温泉区，自古便被统称为“盐原十一汤”。数座吊桥连接着温泉乡的两岸，勾勒出溪谷自然美景的棱线。

盐原十一汤拥有多处温泉，在颜色、矿物质成分和 pH 值上各有千秋。温泉水色多样，共有灰色、黑色、金色、乳白色、棕褐色、浅绿色以及无色透明这 7 种色泽。从泉质看，盐原温泉占据了日本国内 10 种泉质中的 6 种，分别是氯化物泉、碳酸氢盐泉、硫磺泉、硫酸盐泉、酸性泉和单纯泉。其中，碳酸氢盐泉、硫酸盐泉和硫磺泉被誉为“三大美人泉质”，“单纯泉”则是指 1 公斤温泉水中的矿物质含量低于 1000 毫克的温泉。根据 pH 值不同，温泉还可以分为酸性泉、中性泉和弱碱性泉。这些温泉除了多元的水质与功能以外，还富含能促进肌肤新陈代谢、令皮肤光滑细腻的天然保湿成分“偏硅酸”，这也是盐原温泉乡的一大魅力所在。

<繁体字>

鹽原溫泉

鹽原溫泉鄉位於那須岳（1915 公尺）與高原山（1795 公尺）之間被帚川侵蝕而成的溪谷中。河岸邊溫泉群星羅棋布，共形成 11 個溫泉區，自古以來被統稱為「鹽原十一湯」。多座吊橋橫跨溪谷，將兩岸串連起來，勾勒出溪谷的自然美景。

鹽原十一湯擁有多處溫泉，在顏色、礦物質成分和 pH 值上都各有千秋。泉水色澤多樣，包括灰色、黑色、金色、乳白色、褐色、淺綠色以及無色透明。從泉質來看，鹽原溫泉涵蓋日本國內 10 種泉質中的 6 種，分別是氯化物泉、碳酸氫鹽泉、硫磺泉、硫酸鹽泉、酸性泉和單純泉。其中，碳酸氫鹽泉、硫酸鹽泉和硫磺泉被譽為「三大美人泉質」，而「單純泉」則是指 1 公斤溫泉水中的礦物質含量低於 1000 毫克的溫泉。根據 pH 值不同，這些溫泉還可以分為酸性泉、中性泉和弱鹼性泉。這裡的溫泉水除了泉質各異、功效多樣以外，還富含能促進肌膚新陳代謝、令皮膚光滑細膩的天然保濕成分「偏矽酸」，這也更增添了鹽原溫泉的魅力。

<日本語仮訳>

塩原温泉

塩原温泉郷は、那須岳（1,915m）と高原山（1,795m）との間の、箒川に浸食されてできた渓谷に位置している。川沿いに湧き出し、点在している温泉群の周りには、11 の地区が発展し、古くから「塩原十一湯」と呼ばれている。渓谷の自然の美しさを縁取るように、吊り橋が温泉郷の両側を結んでいる。

塩原十一湯には、それぞれ色、鉱物組成、pH 値が異なる個性あふれる温泉が数多くある。温泉水は、灰色、黒色、黄金色、乳白色、茶褐色、緑白色または無色（透明）である。塩原温泉には、塩化物泉、炭酸水素塩泉、硫黄泉、硫酸塩泉、酸性泉および単純泉など、日本国内に存在する10 の泉質のうち、6 種類が存在する。炭酸水素塩泉・硫酸塩泉・硫黄泉は「三大美人泉質」と言われ、最後の「単純泉」とは、含まれるミネラルが1kg あたり1,000mg 未満の温泉を指す。また、pH 値によって酸性、中性、弱アルカリ性にも分類される。また、この温泉は多様な泉質と効能を有するほか、肌の新陳代謝を促進してツルツルの美肌にしてくれる天然の保湿成分「メタケイ酸」が豊富であることも大きな魅力である。

【タイトル】 共同浴場

【想定媒体】 看板

<簡体字>

公共浴场

盐原地区拥有几处由志愿者运营的小型本地温泉浴场，它们传统上由小村落自行修建并供村民使用。在家庭浴室尚未普及之前，盐原曾有许多公共浴场。但随着岁月变迁，大部分都已关闭，如今仅存 3 处。

这些公共浴场没有服务员，浴客需将入场费投入小箱中。有些浴场设有更衣室，有些则没有。新汤温泉区的浴场都分设男女浴区。

盐原温泉乡还有几处免费足汤，可随时使用。

新汤温泉区（奥盐原）

寺之汤

酸性硫磺泉、硫酸铝盐泉

疗愈方向：皮肤病、脚气、烧伤

中之汤

单纯酸性硫磺泉

疗愈方向：神经痛、肌肉痛、关节痛

貉之汤

酸性硫磺泉、硫酸铝盐泉

疗愈方向：神经痛、肌肉痛、关节痛、风湿

<繁体字>

公共浴場

鹽原地區有幾座小型當地溫泉浴場，由志工管理。像這樣的浴場傳統上由小村落自行修建，供村民使用。在住家的浴室尚未普及之前，鹽原曾有許多公共浴場。但隨著歲月變遷，大部分都已關閉，如今只剩下 3 座。

這些公共浴場沒有服務生，浴客需自行將入場費投入小箱中。有些浴場設有更衣室，有些則沒有。新湯溫泉區的浴場都分設男女浴區。

鹽原溫泉鄉還有幾座免費足湯，可隨時使用。

新湯溫泉區（奥鹽原）

寺之湯

酸性硫磺泉、硫酸鋁鹽泉

療癒方向：皮膚病、香港腳、燒傷

中之湯

單純酸性硫磺泉

療癒方向：神經痛、肌肉痛、關節痛

貉之湯

酸性硫磺泉、硫酸鋁鹽泉

療癒方向：神經痛、肌肉痛、關節痛、風濕

<日本語仮訳>

共同浴場

塩原全域には、ボランティア運営の小さな温泉が数か所ある。このような地元の浴場は、伝統的に小さな集落によって造られ、利用されていた。家庭用のお風呂が普及する以前、塩原には多くの公衆浴場があったが、年月を経て3か所を除いて全てが閉鎖された。

これらの共同浴場には係員がいないため、浴場の利用者は入場料を箱に入れる。浴場には更衣室があるものと、そうでないものがある。なお、新湯温泉地区の浴場は男性用と女性用に分かれている。

温泉郷にはいつでも利用可能な無料の足湯がいくつかある。

新湯温泉地区（奥塩原）

寺の湯

酸性硫黄泉、アルミニウム—硫酸塩泉

効能：皮膚病、水虫、火傷

中の湯

單純酸性硫黄泉

効能：神経痛、筋肉痛、関節痛

むじなの湯

酸性硫黄泉、アルミニウム—硫酸塩泉

効能：神経痛、筋肉痛、関節痛、リウマチ

【タイトル】 各々の特徴を持つ塩原十一湯

【想定媒体】 看板

<簡体字>

各显神通的盐原十一汤

盐原十一汤拥有多处独立温泉，即便是相邻的浴场，温泉特性也可能截然不同。以下顺着河流走向，从溪谷入口处（示意图右侧）最东端至西北的源头（示意图左侧），依次介绍各处温泉。

大网温泉

位于山谷最深处。从公路沿台阶向下走 150 米，可达两处露天温泉。

泉质：硫酸钠盐泉

温度：40°C~50°C

颜色：透明

疗愈方向：动脉硬化症、割伤、烧伤、慢性皮肤病

福渡温泉

一部分温泉水引自盐釜地区。自 1533 年起，这里开设了许多传统日式旅馆。1949 年的一场大火烧毁了所有房屋，现在的建筑都是之后重建的。

泉质：氯化钠・氯化钙物泉、碳酸氢盐泉

温度：70°C

颜色：透明、金色

疗愈方向：动脉硬化症、割伤、烧伤、慢性皮肤病

盐釜温泉

盐原十一汤中出水量最大、水温最高的温泉。

泉质：氯化钠物泉、硫酸钠盐泉

温度：38°C~76°C

颜色：透明

疗愈方向：割伤、烧伤、慢性皮肤病、儿童虚弱、慢性妇科病

盐之汤温泉

位于鹿股川畔，是盐原地区盐分浓度最高的温泉。

泉质：氯化钠物泉、单纯泉

温度：29°C~59°C

颜色：透明、深棕褐色、浅灰色

疗愈方向：割伤、烧伤、慢性皮肤病、儿童虚弱、慢性妇科病

畑下温泉

位于盐原温泉乡的中心地带。尾崎红叶（1868-1903；日本近代著名小说家、俳句诗人）曾以畑下温泉（畑，音同“田”）为背景创作小说，令盐原在全日本声名远播。

泉质：单纯泉、氯化物泉、碳酸氢盐泉

温度：42°C~76°C

颜色：透明

疗愈方向：割伤、烧伤、慢性皮肤病、儿童虚弱、慢性妇科病

门前温泉

地处盐原温泉乡中心区域，离妙云寺不远。

泉质：氯化物泉、碳酸氢盐泉

温度：54°C~74°C

颜色：透明

疗愈方向：割伤、烧伤、慢性皮肤病、儿童虚弱、慢性妇科病

古町温泉

位于盐原温泉乡的中心地带，附近有许多日式旅馆、餐馆和纪念品商店。

泉质：单纯泉、氯化物泉、碳酸氢盐泉

温度：30°C~70°C

颜色：透明

疗愈方向：割伤、烧伤、慢性皮肤病、儿童虚弱、慢性妇科病

中盐原温泉与上盐原温泉

两处均位于盐原北部，是盐原温泉乡最新的两个温泉区。

泉质：单纯泉、氯化物泉、碳酸氢盐泉

温度：16°C~67°C

颜色：透明

疗愈方向：割伤、烧伤、慢性皮肤病、儿童虚弱、慢性妇科病

新汤温泉

盐原高地唯一一处温泉，邻近两处滑雪场。

泉质：单纯酸性硫磺泉

温度：50°C~77°C

颜色：透明、乳白色

疗愈方向：割伤、烧伤、慢性皮肤病、儿童虚弱、慢性妇科病

元汤温泉

盐原最早发现温泉的地方，位于静谧山间的茂密森林中，吸引了大量游人前来。

泉质：氯化钠·氯化钙物泉、碳酸氢盐泉、硫磺泉

温度：35°C~56°C

颜色：透明、黑色、浅绿色

疗愈方向：割伤、慢性皮肤病、糖尿病、慢性妇科病、动脉硬化症

<繁体字>

各顯神通的鹽原十一湯

鹽原十一湯擁有多座獨立溫泉，即便是相鄰的浴場，溫泉特性也可能截然不同。以下沿著河流，從溪谷入口處最東端的溫泉（示意圖右側）到西北方向的源頭（示意圖左側）依次介紹各處溫泉區。

大網溫泉

位於山谷最深處。從公路沿台階向下走 150 公尺，可達兩座露天溫泉。

泉質：硫酸鈉鹽泉

溫度：40°C~50°C

顏色：透明

療癒方向：動脈硬化症、割傷、燒傷、慢性皮膚病

福渡溫泉

一部分溫泉水引自鹽釜地區。自 1533 年起，這裡便有許多傳統日式旅館。1949 年的一場大火燒毀了所有房屋，現在的建築都是之後重建的。

泉質：氯化鈉・氯化鈣物泉、碳酸氫鹽泉

溫度：70°C

顏色：透明、金色

療癒方向：動脈硬化症、割傷、燒傷、慢性皮膚病

鹽釜溫泉

鹽原十一湯中出水量最大、水溫最高的溫泉區。

泉質：氯化鈉物泉、硫酸鈉鹽泉

溫度：38°C~76°C

顏色：透明

療癒方向：割傷、燒傷、慢性皮膚病、兒童虛弱、慢性婦科病

鹽之湯溫泉

位於鹿股川畔，是鹽原地區鹽分濃度最高的溫泉區。

泉質：氯化鈉物泉、單純泉

溫度：29°C~59°C

顏色：透明、深棕褐色、淺灰色

療癒方向：割傷、燒傷、慢性皮膚病、兒童虛弱、慢性婦科病

畑下溫泉

位於鹽原溫泉鄉的中心地帶。尾崎紅葉（1868-1903；日本近代著名小說家、俳句詩人）曾以畑下溫泉（畑，音同「田」）為背景創作小說，鹽原也因此在全日本聲名遠播。

泉質：單純泉、氯化物泉、碳酸氫鹽泉

溫度：42°C~76°C

顏色：透明

療癒方向：割傷、燒傷、慢性皮膚病、兒童虛弱、慢性婦科病

門前溫泉

地處鹽原溫泉鄉中心區域，離妙雲寺不遠。

泉質：氯化物泉、碳酸氫鹽泉

溫度：54°C~74°C

顏色：透明

療癒方向：割傷、燒傷、慢性皮膚病、兒童虛弱、慢性婦科病

古町溫泉

位於鹽原溫泉鄉中心區域，附近有許多日式旅館、餐館和禮品商店。

泉質：單純泉、氯化物泉、碳酸氫鹽泉

溫度：30°C~70°C

顏色：透明

療癒方向：割傷、燒傷、慢性皮膚病、兒童虛弱、慢性婦科病

中鹽原溫泉與上鹽原溫泉

位於鹽原北部，是鹽原溫泉鄉最新的兩個溫泉區。

泉質：單純泉、氯化物泉、碳酸氫鹽泉

溫度：16°C~67°C

顏色：透明

療癒方向：割傷、燒傷、慢性皮膚病、兒童虛弱、慢性婦科病

新湯溫泉

鹽原高地唯一一座溫泉，鄰近兩處滑雪場。

泉質：單純酸性硫磺泉

溫度：50°C~77°C

顏色：透明、乳白色

療癒方向：割傷、燒傷、慢性皮膚病、兒童虛弱、慢性婦科病

元湯溫泉

鹽原最早發現溫泉的地方，位於靜謐山間的茂密森林中，吸引了大量遊客前來。

泉質：氯化鈉・氯化鈣物泉、碳酸氫鹽泉、硫磺泉

溫度：35°C~56°C

顏色：透明、黑色、淺綠色

療癒方向：割傷、慢性皮膚病、糖尿病、慢性婦科病、動脈硬化症

<日本語仮訳>

各々の特徴を持つ塩原十一湯

塩原十一湯には独立した温泉が数多くあり、隣り合う浴場でさえ全く異なる特性を持つことがある。以下のリストは、渓谷の入口（図の右側）である最東端の温泉から始まり、北西（左側）の源流に向かって川を辿る。

大網温泉

ここは渓谷の最も深い地点である。公道から階段を下ると 150 メートル下に 2 つの露天風呂がある。

泉質：ナトリウム－硫酸塩泉

温度：40℃～50℃

湯色：透明

効能：動脈硬化症・切り傷・火傷・慢性皮膚病

福渡温泉

この一部の湧水は塩釜地区から送られている。福渡は 1533 年以降、多くの伝統的な旅館が立ち並ぶ場所であったが、1949 年に火災で旅館が全壊した。現在の建物はそれ以降に再建されたものである。

泉質：ナトリウム・カルシウム－塩化物泉、炭酸水素塩泉

温度：70℃

湯色：透明、黄金色

効能：動脈硬化症・切り傷・火傷・慢性皮膚病

塩釜温泉

塩釜温泉の湯量は、塩原十一湯のなかで最も多く、温度が最も高い。

泉質：ナトリウム－塩化物泉、ナトリウム－硫酸塩泉

温度：38℃～76℃

湯色：透明

効能：切り傷・火傷・慢性皮膚病・虚弱児童・慢性婦人病

塩の湯温泉

鹿股川に位置し、塩原の温泉の中で最も塩分濃度が高い。

泉質：ナトリウム－塩化物泉、単純泉

温度：29℃～59℃

湯色：透明、濃い茶褐色、明るい灰色

効能：切り傷・火傷・慢性皮膚病・虚弱児童・慢性婦人病

畑下温泉

塩原温泉郷の中心部に位置している。畑下温泉は、尾崎紅葉（1868-1903、日本近代有名な小説家と俳人）の小説の舞台となったことで、塩原が日本全国で有名になった。

泉質：単純泉、塩化物泉、炭酸水素塩泉

温度：42℃～76℃

湯色：透明

効能：切り傷・火傷・慢性皮膚病・虚弱児童・慢性婦人病

門前温泉

妙雲寺からさほど離れていない塩原温泉の中心部に位置している。

泉質：塩化物泉、炭酸水素塩泉

温度：54℃～74℃

湯色：透明

効能：切り傷・火傷・慢性皮膚病・虚弱児童・慢性婦人病

古町温泉

塩原温泉の中心部に位置するこの温泉の近くには、多くの旅館、食事処、土産物店がある。

泉質：単純泉、塩化物泉、炭酸水素塩泉

温度：30℃～70℃

湯色：透明

効能：切り傷・火傷・慢性皮膚病・虚弱児童・慢性婦人病

中塩原温泉および上塩原温泉

塩原の北部に位置している。この2つの温泉は、温泉郷で最も新しい温泉である。

泉質：単純泉、塩化物泉、炭酸水素塩泉

温度：16℃～67℃

湯色：透明

効能：切り傷・火傷・慢性皮膚病・虚弱児童・慢性婦人病

新湯温泉

塩原の高原地域にある唯一の温泉であり、2つのスキーリゾートの近くに位置している。

泉質：単純酸性硫黄泉

温度：50℃～77℃

湯色：透明、乳白色

効能：切り傷・火傷・慢性皮膚病・虚弱児童・慢性婦人病

元湯温泉

塩原で発見された最初の温泉地。静寂な山の深い森の中にあり、多くの旅行者が訪れる。

泉質：ナトリウム・カルシウム－塩化物泉、炭酸水素塩泉、硫黄泉

温度：35℃～56℃

湯色：透明、黒色、緑白色

効能：切り傷・慢性皮膚病・糖尿病・慢性婦人病・動脈硬化症

【タイトル】 塩原温泉の歴史

【想定媒体】 看板

<簡体字>

盐原温泉的历史

早在公元 810 年前后，元汤地区（地图左端村落）就发现了一处温泉，从此开启了盐原温泉的历史。一些记载里说，温泉的发现者是一位猎人，也有说是一位云游僧人。由于地处深山，交通不便，盐原温泉在 19 世纪晚期火车开通前鲜有人问津。

1884 年，通往盐原的新路开通；1886 年，铁路延伸到了西那须野站。从车站到盐原温泉乡的 14 公里路程，则可乘坐一种“嘟嘟马车”（公共马车）前往。后来汽车和巴士日益普及，马车便用于接送游客往返于各个温泉与其他景点之间，颇受青睐。

在 18 世纪晚期至 19 世纪早期，盐原温泉乡是众多文人墨客钟爱的去处，因为这里远离工业化城市的喧嚣，利于放松身心来创作。夏目漱石(1867-1916)、与谢野晶子(1878-1942)等著名文人都曾造访过此地。

<繁体字>

鹽原溫泉的歷史

鹽原溫泉的歷史可追溯至西元 810 年前後，當時人們在元湯地區（地圖上左端的聚落）發現了一處溫泉。至於溫泉的發現者，文獻中有不同說法，有的說是一位獵人，也有說是一位雲遊僧人。由於地處深山，交通不便，在 19 世紀晚期火車開通前，鹽原溫泉一直鮮有遊客來訪。

1884 年，通往鹽原的新路開通；1886 年，鐵路延伸至西那須野站。當時，人們乘坐一種「嘟嘟馬車」（公共馬車），從車站出發後行駛 14 公里抵達鹽原溫泉鄉。之後，隨著汽車和客運日益普及，馬車轉而用來接送遊客往返各個溫泉與其他景點之間，很受歡迎。

在 18 世紀晚期至 19 世紀早期，鹽原溫泉鄉是眾多文人雅士嚮往的隱逸之地，像是夏目漱石（1867-1916）、與謝野晶子（1878-1942）等著名文人都曾造訪此地，因為這裡遠離工業化都市的喧囂，既能放鬆身心，也有助於專注創作。

<日本語仮訳>

塩原温泉の歴史

塩原温泉の歴史は、西暦 810 年頃に元湯地区（地図の左端にある集落）で温泉が発見されたことから始まった。一部の記述によると、発見したのは狩人とされているが、旅の僧によるものとする記述もある。温泉が山の奥深くにあり、そこまで辿り着くのが困難であったことから、19 世紀後半に鉄道が敷かれるまで、人々が頻繁に訪れることはなかった。

1884 年、塩原に新しい道路が開通し、1886 年には鉄道が西那須野駅まで延びた。駅から塩原温泉郷までの 14km の道のりを、観光客を乗せて運ぶのに、「トテ馬車」と呼ばれる馬車が使用された。その後、車やバスがより一般的になると、馬車は温泉から他の観光スポットへ観光客が行き来するのに利用され、大人気となった。

特に 18 世紀後半から 19 世紀初頭にかけて、塩原温泉郷は多くの文学者にとって人気の旅行先であった。夏目漱石（1867-1916）や与謝野晶子（1878-1942）のような著名文化人は、産業化された都市から逃れ、くつろいで執筆に集中するために塩原を訪れた。

【タイトル】 塩原と文学のつながり

【想定媒体】 看板

<簡体字>

盐原的文学渊源

随着 1884 年新道路开通和 1886 年西那须野站建成通车，盐原的访客数量大幅增长。19 世纪 80 年代晚期至 20 世纪 30 年代早期，众多文坛巨匠常常造访盐原，其中就有诗人与谢野晶子(1878-1942)、小说家夏目漱石(1867-1916)和谷崎润一郎(1886-1965)。盐原远离尘嚣，加之温泉的悠久历史、自然氛围与养生功效，似乎激发了他们的创作灵感，每位作家都在停留期间创作了一整部作品。如今，盐原各处都立有刻着这些作家相关信息的石碑，详细可见地图上的红点标注。

<繁体字>

鹽原的文學淵源

自從 1884 年新道路開通、1886 年西那須野站建成通車後，鹽原的訪客人數大幅增長。1880 年代晚期至 1930 年代早期，許多文壇巨匠常常造訪鹽原，像是詩人與謝野晶子（1878-1942）、小說家夏目漱石（1867-1916）和谷崎潤一郎（1886-1965）都是常客。遠離塵囂的自然氛圍，加上溫泉的悠久歷史與養生功效，似乎激發了他們的創作靈感。每位作家在停留於鹽原期間，都創作了一整部作品。如今，鹽原許多地方都立有刻著這些作家相關資訊的石碑，詳細可見地圖上的紅點標注。

<日本語仮訳>

塩原と文学のつながり

1884 年に新しい道路が開通し、1886 年には西那須野駅まで鉄道が敷かれ、塩原を訪れる観光客の数は劇的に増加した。1880 年代後半から 1930 年初頭にかけて、多くの優れた文学者たちが頻りに塩原を訪れた。その中には、詩人の与謝野晶子（1878-1942）、小説家の夏目漱石（1867-1916）、谷崎潤一郎（1886-1965）がいた。人里離れた環境が、温泉の歴史、雰囲気、健康効果と相まって、彼らの創作力を刺激したようで、それぞれの作家が滞在中に一冊の本の執筆を完成させている。塩原のいたるところに、これらの作家に関する情報が刻まれた石碑が数多くある。それらの場所は、地図上に赤い点で示されている。

【タイトル】 源三窟

【想定媒体】 看板

<簡体字>

源三窟

源三窟是由地下水缓慢渗透进地下碳酸钙沉积层而形成的。洞窟内发现的海洋生物化石证明，洞窟所在区域曾是盐原古火山口湖的湖底。据推测，过去洞窟长达 2 公里，1659 年的地震导致大面积坍塌后才缩短至 50 米左右。

相传，武士源有纲(1155-1186)曾为躲避同族的追捕在此洞窟中藏身。1180 年至 1185 年，平家与源氏两大家族为争夺日本统治权发生战争，最后以 1185 年“坛之浦之战”中源氏的胜利而告终。之后，源氏内部各派系却突然爆发了权力之争。据说，源有纲藏身源三窟时在洞内瀑布下淘米，因流出洞外的水中混杂了白色的淘米水而被追兵发现。最终，源有纲因无法击退追兵逃入深山自尽而亡。

<繁体字>

源三窟

源三窟是因地下水长年渗入碳酸钙沉积层而形成的天然洞窟。从洞窟内发现的海洋生物化石可以知道，洞窟所在区域曾是盐原古火山口湖的湖底。根据推测，1659 年之前洞窟长达 2 公里，当年的地震导致大规模坍塌，洞窟长度才缩短到了大约 50 公尺。

相传，武士源有纲（1155-1186）曾为躲避同族的追捕在此洞窟中避难。1180 年至 1185 年间，平家与源氏两大家族为争夺日本统治权发生战争，最后以源氏 1185 年「坛之浦之战」的胜利划下句点。战后，源氏内部各派系却为了争夺权力而爆发冲突。据说，源有纲藏身源三窟时在洞内瀑布下洗米，因为流出洞外的水中混杂了白色洗米水而被追兵发现。得知自己无法击退追兵后，源有纲逃入深山自尽而亡。

<日本語仮訳>

源三窟

源三窟は、地下水が炭酸カルシウムの地下堆積物にゆっくりと浸透することで形成された。洞窟の部分はかつて塩原の古代カルデラ湖の底にあったことが、洞窟内で発見された海洋生物の化石から証

明されている。1659 年まで、洞窟の長さは 2 キロメートルあったと考えられており、その年に起きた地震で大部分が崩壊したため長さが短くなり、約 50 メートルになったとされている。

言い伝えによると、武士であった源有綱（1155-1186）は、同族から追われ逃亡している間、洞窟で暮らしていた。1180 年から 1185 年にかけて、平氏と源氏は日本の支配をめぐる争っていたが、1185 年に壇ノ浦の戦いで源氏が勝利したことで争いは終結した。その後、勝利した源氏の中で様々な派閥が思いがけない権力争いが起こった。有綱は洞窟に隠れた後、洞窟の滝で米を研いだため、流れ出る滝水に研ぎ汁が混じっているのが見つかり、追っている者たちに発見されたと言われている。そして追跡者を抑圧することができなかった有綱は、山へ逃げ込み自害を図ったと伝えられている。

【タイトル】 葉の化石

【想定媒体】 看板

<簡体字>**叶片化石**

“木叶石”（字面意为“石头叶子”）是在盐原古火山口湖干涸的湖床上发现的叶片化石。这里还出土了保存完好的淡水鱼类及小型动物化石。如今栖息在这片森林中的树木、动物与该湖区古代的动植物群大致相同。部分叶片化石与现代栗树、山毛榉(*Fagus crenata*)的叶子完全一致。由于化石保存状态极佳，这里堪称世界级化石产地。

沉入柔软湖床的叶片与动物尸体很快会被细密的沉积物覆盖，并处于低氧环境中，从而有效避免了被分解有机物的微生物破坏。因此，许多化石保留了极其细微的细节，例如根根分明的老鼠毛。后来，火山活动使湖床抬升，湖水逐渐排干。帚川流经此地时，慢慢侵蚀沉积岩层，才让这些化石与木叶石逐渐暴露出来。

<繁体字>**葉片化石**

「木葉石」（字面意思是「石頭葉子」）是在鹽原古火山口湖乾涸的湖床上發現的葉片化石。這裡還出土了保存完好的淡水魚類及小型動物化石。由於化石保存狀態極佳，這裡堪稱世界級化石產地。如今棲息在這片森林中的樹木與動物和該湖區古代的動植物群大致相同，部分葉片化石與現代栗樹、山毛櫸 (*Fagus crenata*) 的葉子完全一致。

由於葉片與動物屍體在沉入柔軟湖床後，很快會被細密的沉積物覆蓋而處於低氧環境中，從而避免了被分解有機物的微生物破壞。因此，許多化石保留了極其細微的細節，像是老鼠身上的毛髮也分毫畢現。後來，火山活動使湖床抬升，湖水逐漸排乾。帚川流經此地時，慢慢侵蝕沉積岩層，這些化石與木葉石才逐漸暴露出來。

<日本語仮訳>**葉の化石**

木の葉石（文字通り「木の葉の石」）は、塩原にあったかつてのカルデラ湖の乾燥した地層で見つかった、化石化した葉である。ここでは、完全な形で保存された淡水魚や小動物の化石も発見されている。今日、森林に生息している樹木や動物は、湖周辺に生息していた古代の動植物とほとんど同じ

である。葉の化石の中には、現代の栗やブナ (*Fagus crenata*) の木の葉と完全に一致するものもある。ここは化石の保存の良さから世界的な化石産地と言える。

柔らかい湖底に沈んだ葉や死んだ動物は、すぐに微粒の堆積物で覆われ、低酸素な環境に包まれたため、有機物を分解する微生物から守られた。その結果、これらの化石の多くは、ネズミの毛一本一本など、細かなディテールまでが保存されている。その後の火山活動により湖底は持ち上げられ、湖水がゆっくりと流れ出た。そして箒川が徐々に堆積物の層を浸食し、化石や木の葉石が露出したのである。

【タイトル】 宮島層

【想定媒体】 看板

<簡体字>**宮島層**

上塩原地区帚川河岸の層状岩壁被称为“宮島層”。与盐原的许多地质特征一样，这些岩壁源于约 40 万年前开始的火山活动。某一时期，因地下岩浆库枯竭，地表所受压力减小，地面出现了巨大凹陷。帚川的水注入凹陷，便形成了火山口湖，而宮島層的岩壁就曾是这片湖泊的湖床。后来，进一步的火山活动将湖床抬升至周边地面之上，经帚川长期侵蚀，最终形成了如今的岩壁。

岩壁上交替分布着米黄色与棕色岩层。浅色岩层主要由一种叫硅藻的藻类化石残骸构成。硅藻在每年的温暖季节大量繁殖，冬季来临、气温下降时死亡，最终沉积到湖底。与此同时，融化的冰雪与初夏的暴雨将泥土、土壤和沙子带入湖中，形成了深色岩层。一层米黄色岩层加上一层棕色岩层，就代表了逝去的一年。

<繁体字>**宮島層**

上鹽原地區帚川河岸的層狀岩壁被稱為「宮島層」。如同鹽原許多地質特徵一般，這些岩壁源於約 40 萬年前開始的火山活動。在某一時期，因地下岩漿庫枯竭，地表所受壓力減小，隨之造成巨大的地面凹陷。帚川的水注入凹陷，便形成了火山口湖，而宮島層的岩壁就曾是這片湖泊的湖床。之後進一步的火山活動將湖床抬升至周邊地面之上，經帚川長期侵蝕，最後形成了如今的岩壁。

岩壁上交替分布著米黃色與棕色岩層。淺色岩層主要由一種叫矽藻的藻類化石殘骸構成。矽藻每年會在溫暖季節大量繁殖，冬季來臨、氣溫下降時死亡，最後沉積到湖底。於此同時，融化的冰雪與初夏的暴雨將泥土、土壤和沙子帶入湖中，形成了深色岩層。一層米黃色岩層加上一層棕色岩層，就代表了逝去的一年。

<日本語仮訳>**宮島層**

上塩原の帚川のほとりに沿って岩壁を形成している成層は、「宮島層」として知られている。塩原の

多くの地質学的特徴と同じく、これらの岩壁は約 40 万年前に始まった火山活動によるものである。ある時、地下のマグマ溜りが空になり、地表に対する圧力が弱まり、地面に大きな窪みができた。そして、箒川の水がその窪みを満たしてカルデラ湖ができた。宮島層の岩壁は、かつてその湖の湖底であった。しかし、湖底はさらなる火山活動によって周囲の土地の上に押し上げられ、その後、箒川によって浸食され、岩壁ができた。

岩壁にはベージュと茶色の層が交互に見られる。より明るい色の層は、主に珪藻と呼ばれる藻類の化石でできている。これらの珪藻は、1 年のうち比較的暖かい時期に増殖し、その後冬が近づくにつれて温度が下がると枯れ、やがて湖の底に落ちていく。雪解けと初夏の大雨により、湖に泥、土、砂が流れ込み、より暗い色の層が形成される。各 1 層ベージュと茶色の層は、合わせて 1 年が経過したことを示している。

【タイトル】 新湯爆裂火口跡

【想定媒体】 看板

<簡体字>

新湯爆裂火口

爆裂火口は地表の開口，由地球深处的过热水以水蒸气和蒸汽的形式涌出地表时形成。新湯地区山坡上零星分布的爆裂火口中，不断升腾着含硫的蒸汽，它是造就盐原地貌与温泉的火山活动留下的最后痕迹。蒸汽中的硫元素让这片区域散发着独特的刺激性气味，也令附近的岩石呈现出风化后白垩般的外观。大多数新湯地区的温泉均发源于此，其标志性的乳白色水质就因温泉水中天然融入的含硫气体所致。

<繁体字>

新湯爆裂火口

爆裂火口是地球深處的過熱水以水蒸氣和蒸汽的形式湧出地表時形成的地表開口。新湯地區山坡上零星分布的爆裂火口不斷升騰著含硫的蒸汽，這是造就鹽原地貌與溫泉的火山活動留下的最後痕跡。蒸汽中的硫元素不僅令這片區域散發著獨特的刺激性氣味，還讓附近的岩石呈現出風化後白堊般的外觀。大多數新湯地區的溫泉都發源於此地，其標誌性的乳白色水質就因溫泉水中天然融入的含硫氣體所致。

<日本語仮訳>

新湯爆裂火口跡

爆裂火口と呼ばれる地面の開口部は、地球の深部からの過熱水が水蒸気や蒸気として地表に噴出するときに形成される。新湯の丘の中腹に点在する、爆裂火口から立ち上る硫黄混じりの蒸気は、塩原の地形と温泉を形成した火山活動の最後の痕跡である。ここでは、蒸気に含まれる硫黄によって特有の刺激臭が発生し、それが周囲の岩に風化した白堊質の外観を与えている。新湯の温泉のほとんどはここを源泉とし、それらの温泉の特徴である乳白色は、硫黄ガスが温泉水に自然に注入されたことによるものである。

【タイトル】新湯富士

【想定媒体】看板

<簡体字>**新湯富士**

新湯富士（1184 米）是在约 6500 年前火山喷发时形成的熔岩穹丘。前黒山（1678 米）側面近中部的裂縫中噴出的熔岩形成了这座寄生火山錐。新湯富士由一种名为英安岩的火成岩构成，其岩漿粘性较大，噴发时温度相对较低。

从东侧眺望，新湯富士的山体两侧坡度匀称，与它得名的标志性山峰——富士山颇为相似，但新湯富士轮廓更圆润，规模也小得多，海拔仅 1184 米，而富士山高达 3776 米。新湯富士被列为“栃木百名山”，并被指定为自然研究场所。来访者可沿“盐原自然研究路”登顶，但山顶植被茂密，会遮挡周边景致。

<繁体字>**新湯富士**

「新湯富士」（1184 公尺）屬於熔岩穹丘，誕生於大約 6500 年前的一場火山噴發，前黒山（1678 公尺）側面近中部的裂縫中噴出的熔岩造就了這座寄生火山錐。它由一種名為英安岩的火成岩構成，其岩漿黏性較大，噴發時溫度相對較低。

從東側眺望，新湯富士的山體兩側坡度勻稱，與它得名的標誌性山峰——富士山頗為相似，但新湯富士輪廓更圓潤，規模也小得多，海拔只有 1184 公尺，而富士山卻高達 3776 公尺。新湯富士被列為「栃木百名山」，並被指定為自然研究場所。遊客可沿「鹽原自然研究路」登頂，不過周邊景致會被山頂茂密的植被遮擋。

<日本語仮訳>**新湯富士**

新湯富士（1,184m）は、およそ 6,500 年前の火山噴火の際に形成された溶岩ドームである。前黒山（1,678m）側面のほぼ中央の割れ目から噴出した溶岩で形成された寄生火山である。デイサイトと呼ばれる火成岩でできており、マグマとしては非常に粘性が高く、比較的低い温度で噴火する。

東から見ると、新湯富士はその名の由来である象徴的な山、富士山のように均等に傾斜した側面

を有しているが、より丸みを帯びていて、はるかに小さく、富士山の 3,776 メートルに比べて 1,184 メートルしかない。新湯富士は「栃木百名山」に位置づけられており、自然学習の場所に指定されている。観光客は塩原自然研究路を通過して頂上まで登ることができるが、山頂の密集した植生により周囲の景色は遮られている。

【タイトル】 天狗岩

【想定媒体】 看板

<簡体字>**天狗岩**

天狗岩是一块面朝帚川的巨大三角形岩壁，坐落于福渡桥附近，属于沉积岩“绿色凝灰岩”，其主要成分为火山灰。绿色凝灰岩带分布在日本主岛——本州岛西北侧的广阔区域间，绵延数百公里。

传说中，曾有一群“天狗”（日本神话中红脸长鼻、居住在深山里的妖怪）栖息在这块岩石顶端。某天，高僧空海（774-835；谥号弘法大师）从岩石下方经过，捣蛋的天狗们竟向他投掷火焰。于是，空海朝它们回掷巨石予以惩戒，此后，这片区域便再无事端。

<繁体字>**天狗岩**

在福渡橋附近，有一塊面朝帚川的巨大三角形岩壁，這就是天狗岩。它屬於沉積岩「綠色凝灰岩」，主要成分為火山灰。綠色凝灰岩帶分布在日本主島——本州西北側綿延數百公里的廣闊區域間。

傳說中，曾有一群「天狗」（日本神話中紅臉長鼻、居住在深山裡的妖怪）棲息在這塊岩石頂端。某天，高僧空海（774-835；諡號弘法大師）從岩石下方經過，搗蛋的天狗們竟向他投擲火焰，空海朝牠們回擲巨石予以懲戒，從此以後，這片區域便太平無事了。

<日本語仮訳>**天狗岩**

天狗岩は、福渡橋の近くの帚川に面した三角形の大きな岩壁である。それは、主に火山灰で形成された堆積岩「グリーンタフ（緑色凝灰岩）」でできている。グリーンタフ地帯は、日本の主要な島である本州の北西側に沿って、数百キロメートルにわたって広域に分布している。

言い伝えによると、「天狗」と呼ばれる顔が赤くて鼻が長く、深山に住む妖怪の群れがこの岩の上に住んでいたことがあり、ある日、仏僧である空海（774-835、諡号は弘法大師）が下の道を通りかかったとき、天狗たちは空海に炎を投げつけたという。空海は悪事を働くこの天狗に巨大な石を投げつけて懲らしめ、それ以来この地域は平穏であると言われている。

【タイトル】 旧塩原御料林

【想定媒体】 看板

<簡体字>

旧塩原御料林

1890年、随着《明治宪法》的实施，众多森林都被划归皇室所有，这里也是其中一处。二战(1939-1945)后，这片皇室森林成为国立公园，如今已对公众开放。林区内的步道沿帚川延伸，与多条徒步路线相连。这片森林是观鸟的绝佳地点，盐原游客中心及沿途指示牌上均有关于当地鸟类的介绍。

19世纪晚期至20世纪早期，盐原曾是日本皇室成员的避暑胜地。在这片占地约690亩的森林附近曾有一座皇室别墅，1946年被改建为视障人士职业培训中心。1954年，皇室别墅的一部分被迁移至现址，归属于“天皇之间纪念公园”，对游客开放。

<繁体字>

舊鹽原御料林

1890年，隨著《明治憲法》的實施，許多森林都被劃歸皇室所有，這裡也是其中一處。二戰（1939-1945）後這片皇室森林轉為國立公園，如今已對外開放。這片森林是觀鳥的絕佳地點，鹽原遊客中心及沿途指示牌上都有關於當地鳥類的介紹。林區內的步道沿帚川延伸，與多條健行路線相連。

鹽原在19世紀晚期至20世紀早期曾是日本皇室成員的避暑勝地。在這片占地約46公頃的森林附近曾有一座皇室別墅，1946年被改建為視障人士職業培訓中心。1954年，皇室別墅的一部分被遷移至現址，歸屬於「天皇之間紀念公園」，供遊客參觀。

<日本語仮訳>

旧塩原御料林

この森林は、「明治憲法」の制定により1890年に皇室に移管された数多くの森林の1つである。こうした御料林は、第二次世界大戦（1939-1945）後に国立公園となり、今日では一般開放されている。この地域の小道は帚川沿いに続いており、いくつかのハイキングコースにつながっている。この地域は、バードウォッチングに最適な場所であり、地域固有の鳥に関する情報は、塩原ビジターセンターと小道沿いの看板で見ることができる。

塩原は、19 世紀後半から 20 世紀初頭にかけて、日本の皇族の避暑地であった。この約 46 ヘクタール畝に及ぶ森の近くに御用邸があったが、1946 年に視覚障害者のための職業訓練センターになった。1954 年、御用邸の一部は現在の場所に移され、天皇の間記念公園の一部として見学することができる。

【タイトル】 塩原溪谷遊歩道：やしおコース

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

塩原溪谷游歩道：八汐路线

距离：3.7 公里

时长：90 分钟（单程）

最近的公交站点：

- 西侧起点（塩原温泉游客中心）：在“七岩吊桥”站下车（步行 300 米，7 分钟）
- 东侧起点（帚川大坝）：在“大网”站下车（步行 500 米，8 分钟）

路线概况

八汐路线是一条轻松的徒步路线，地势起伏小，适合徒步新手及家庭出行。这条路线从游客中心出发，沿着帚川途经福渡温泉区，最终抵达帚川大坝。八汐路线与回顾路线共同组成了总长 8.5 公里的塩原溪谷游歩道。

该路线从“前山国有林”入口附近的游客中心出发，在一个 T 字路口向左转。前行约 200 米后，小路继续顺着 400 号公路向右沿伸。穿过福渡桥，再右转沿河岸行进，途经福渡不动吊桥并再次过河。过吊桥后左转，继续前行一段距离，途经一处露营地和“布瀑布”观瀑台，最终抵达帚川大坝。

亮点特色

植被

因路线沿途 4 月中旬大量盛放的赤八汐 (*Rhododendron pentaphyllum* var. *nikoense*) 而得名。周边森林以山毛榉 (*Fagus crenata*) 和水榿 (*Quercus crispula* var. *crispula*; 榿, 音同“由”) 为主，是众多野生鸟类的栖息地。

桥梁

天狗岩巍峨耸立于河岸上，福渡桥是仰望它的绝佳位置。这条路线还会经过盐原 14 座吊桥之一的福渡不动吊桥。

布瀑布

帚川流经一处狭窄的岩石缝隙时形成一挂瀑布，据说它好似悬挂在巨石上的布料，因此得名“布瀑布”。路线沿途的观瀑台是近距离观赏瀑布的最佳地点。

帚川大坝

帚川大坝坐落于路线东侧起点附近，有一座狭窄的步行桥横跨坝上。

<繁体字>

鹽原溪谷游步道：八汐路線

距離：3.7 公里

時長：90 分鐘（單程）

最近的公車站：

- 西側起點（鹽原溫泉遊客中心）：在「七岩吊橋」站下車（步行 300 公尺，7 分鐘）
- 東側起點（帚川大壩）：在「大網」站下車（步行 500 公尺，8 分鐘）

路線概況

八汐路線地勢起伏小，是一條輕鬆的健行路線，適合健行新手及家庭出行。路線從遊客中心出發，沿著帚川途經福渡溫泉區，最後抵達帚川大壩。八汐路線與回顧路線共同組成了鹽原溪谷游步道，總長 8.5 公里。

該路線從「前山國有林」入口附近的遊客中心出發，在一個 T 字路口向左轉。前行約 200 公尺後，小路繼續順著 400 號公路向右延伸。穿過福渡橋，再右轉沿河岸行進，途經福渡不動吊橋並再次過河。過吊橋後左轉，繼續往前走一段距離，途經露營地和「布瀑布」觀瀑台，最後抵達帚川大壩。

亮點特色

植被

因路線沿途 4 月中旬大量盛放的赤八汐（*Rhododendron pentaphyllum var. nikoense*）而得名。周邊森林主要生長著山毛櫸（*Fagus crenata*）和水櫸（*Quercus crispula var. crispula*；櫸，音同「由」），是許多野生鳥類的棲息地。

橋樑

天狗岩巍峨聳立於河岸上，仰望它的絕佳位置是福渡橋。這條路線還會經過鹽原 14 座吊橋之一的福渡不動吊橋。

布瀑布

帚川流經一塊狹窄的岩石縫隙時形成一掛瀑布，流水像一片懸掛在巨石上的布料，因此得名「布瀑布」。路線沿途有座觀瀑台，是近距離觀賞瀑布的最佳地點。

帚川大壩

帚川大壩坐落於路線東側起點附近，有一座狹窄的步行橋橫跨壩上。

<日本語仮訳>

塩原溪谷遊歩道：やしおコース

行程：3.7km

所要時間：90分（片道）

最寄りのバス停：

- ・西側の起点（塩原温泉ビジターセンター）：セツ岩吊橋で下車（300m、徒歩7分）
- ・東側の起点（帚川ダム）：大網で下車（500m、徒歩8分）

コース概要

やしおコースは、起伏が少なく、初心者やファミリー向けのコース。帚川に沿った簡単なハイキングコースで、ビジターセンターから出発して福渡温泉地区を通り、帚川ダムに抜ける道である。やしおコースと回顧コースは、合わせて8.5キロメートルの塩原溪谷遊歩道となる。

コースは、前山国有林の入口近くにあるビジターセンターから始まる。2つの道に分岐するT字路を左折する。さらに200メートルほど進むと、道は国道400号線の右側に沿って続く。福渡橋を渡り、川に沿って右折する。福渡不動吊橋まで進み、再び川を渡る。吊り橋を渡った後コースは左側に向きが変わり、そこからしばらく続く。キャンプ場と布滝観瀑台を抜けたら、コースは帚川ダムで終了する。

見どころ

植物

このコースは、4月中旬に大量に花を咲かせ、アカヤシオ(*Rhododendron pentaphyllum* var. *nikoense*)にちなんで名づけられた。ブナ(*Fagus crenata*)の木とミズナラ(*Quercus crispula* var. *crispula*)の木が周辺の森林を占めており、そこではたくさんの野鳥たちの住処となっている。

橋

福渡橋は、川の上にそびえる天狗岩を眺めるのに絶好の場所である。このコースをハイキングすると、塩原に14本ある吊り橋の1つである福渡不動吊橋も渡ることができる。

布滝

箒川は、岩の間の狭い隙間を流れ、その結果できた滝は、岩から垂れ下がっている布のように見えるため、「布滝」と呼ばれるようになったとされている。このコース沿いにある観瀑台は、近距離で滝を眺めるのに最適な場所である。

箒川ダム

コースの東側の起点付近にある箒川ダムには、幅の狭い歩道橋がかかっている。

【タイトル】 塩原溪谷遊歩道：回顧コース

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

塩原溪谷遊歩道：回顧路线

距离：3.3 公里

时长：120 分钟（单程）

最近的公交站点：

- ・ 西侧起点（猿岩停车场）：在“盐原大网”站下车（步行 500 米，8 分钟）
- ・ 东侧起点（墓石公园回顾桥）：在“回顾桥”站下车

路线概况

回顾路线难度中等，有多处陡峭的上下坡，适合对自己体力有自信的徒步者。它横跨帚川南侧的大网地区，从留春瀑布延伸至回顾瀑布，全程穿行于森林之中。回顾路线与八汐路线共同组成了总长 8.5 公里的盐原溪谷游步道。

从西侧起点猿岩停车场出发，步行不远即可抵达留春吊桥和留春瀑布。从这里开始，路径高低起伏较大，通向一片沼泽地，沼泽周围生长着几片高大的日本冷杉(*Abies firma*)林。继续前行，徒步者会遇到一连串陡峭的上坡路，直达山脊线。4 月中旬，这里会有大片杜鹃花盛开。继续走过一段下坡路（部分路段较陡）后，就会穿越一片原始森林，林中有日本落叶松(*Larix leptolepis*)、日本冷杉和日本独有的罗汉柏(*Thujaopsis dolabrata*)。

亮点特色

留春瀑布与留春吊桥

留春吊桥距离西侧起点约 10 分钟步行路程。起点附近的留春瀑布是当地较为平缓的瀑布之一，水流沿着接壤的岩壁洒落，落差 15 米。从冬季到暮春的约 3 个月里，瀑布会因结冰而几乎断流。

杜鹃花

各种各样的杜鹃花在路线中途的山脊线上簇拥而生。附近的观瀑台则可眺望大网地区的景致。

回顧瀑布與回顧吊橋

在离东侧起点不远的回顾瀑布附近，全长 100 米的回顾吊桥横跨在帚川之上。吊桥旁的观瀑台可将对岸落差 55 米的瀑布尽收眼底。“回顾”意为“回头看”，源于当地的俗语：旅人临别溪谷时，总忍不住回眸再望一次飞瀑。

<繁体字>

鹽原溪谷游步道：回顧路線

距離：3.3 公里

時長：120 分鐘（單程）

最近的公車站：

- 西側起點（猿岩停車場）：在「鹽原大綱」站下車（步行 500 公尺，8 分鐘）
- 東側起點（墓石公園回顧橋）：在「回顧橋」站下車

路線概況

回顧路線橫跨帚川南側的大綱地區，從留春瀑布延伸至回顧瀑布，全程穿行於森林之中。路線的整體難度中等，途中有多個陡峭的上下坡，適合對自己體力有自信的健行愛好者。回顧路線和八汐路線一起組成了鹽原溪谷游步道，總長 8.5 公里。

從西側起點猿岩停車場出發，步行不久後，即可抵達留春吊橋和留春瀑布。從這裡開始路徑高低起伏較大，通向一片沼澤地，沼澤周圍生長著幾片高大的日本冷杉（*Abies firma*）林。繼續前進會遇到一連串陡峭的上坡路，直到抵達山脊線。每逢 4 月中旬，這裡會有大片杜鵑花盛開。繼續走過一段下坡路（部分路段較陡）後就會穿越一片原始森林，林中生長著日本落葉松（*Larix leptolepis*）、日本冷杉和日本獨有的羅漢柏（*Thujaopsis dolabrata*）。

亮點特色

留春瀑布與留春吊橋

留春吊橋距離西側起點大約需步行 10 分鐘。鄰近起點的留春瀑布是當地較為平緩的瀑布之一，水流沿著接壤的岩壁灑落，落差 15 公尺。不過冬季到暮春大約 3 個月間，瀑布會因結冰而幾乎斷流。

杜鵑花

路線途中，山脊線上各式各樣的杜鵑花簇擁而生。附近的觀瀑台則可眺望大綱地區的景致。

回顧瀑布與回顧吊橋

在距離東側起點不遠處的回顧瀑布附近，全長 100 公尺的回顧吊橋橫跨帚川。吊橋旁的觀瀑台可將對岸落差 55 公尺的瀑布盡收眼底。「回顧」是「回頭看」的意思，這個說法源於當地一句俗語：旅人臨別溪谷時，總忍不住回眸再望一次飛瀑。

<日本語仮訳>

塩原溪谷遊歩道：回顧コース

行程：3.3km

所要時間：120 分（片道）

最寄りのバス停：

- ・西側の起点（猿岩駐車場）：塩原大綱で下車（500m、徒歩 8 分）
- ・東側の起点（墓石園地の回顧橋）：回顧橋で下車

コース概要

回顧コースは難易度中級のコースで、急な傾斜と下り坂が多く、体力に自信がある人向きだ。帚川の南側にある大綱地区を横断して、留春の滝から回顧の滝まで森の中を行くコースとなっている。回顧コースとやしおコースは、合わせて 8.5 キロメートルの塩原溪谷遊歩道を構成する。

猿岩駐車場にある西側の起点から留春の吊橋と留春の滝までは、歩いてすぐに行ける。そこからの小道は起伏があり、いくつかの大きなモミ(*Abies firma*)の木がある沼地につながっている。道なりに歩くと、急な坂道が続くコースへと至り、そこを登り切ると尾根に達する。4 月中旬になると、尾根にはたくさんのツツジが開花する。その先の道はゆっくりと下っていくが、時折急峻な坂もある。コースは、カラマツ(*Larix leptolepis*)、モミ、および日本のみで見られるアスナロ(*Thujopsis dolabrata*)の原生林を抜けて続いていく。

見どころ

留春の滝と吊橋

留春の吊橋は、留春の滝の近くにある西側の起点から徒歩約 10 分のところにある。この滝はこの地域で比較的穏やかな滝の 1 つで、その滝水は連なった岩肌を 15 メートル流れ落ちている。冬から晩春までの約 3 か月間、水は凍結し、ほぼ完全に流れなくなる。

ツツジ

複数種のツツジが、コース中間地点付近の尾根に沿って群生している。近くの観瀑台からは、大綱地区を望むことができる。

回顧の滝と吊橋

長さ 100 メートルの回顧の吊橋は、東側の起点からそれほど遠くない回顧の滝の近くで、箒川に掛けられている。橋の近くにある観瀑台からは、対岸にある落差 55 メートルの滝を見渡すことができる。「みかえり」は「振り返る」という意味であり、旅行者が渓谷を後にするとき、最後にもう一度滝を見ようとして必ず振り返るといふ言い伝えに因んだものである。

【タイトル】 塩原自然研究路：ビジターセンターまたは畑下温泉から新湯温泉神社まで

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

塩原自然研究路：从游客中心或畑下温泉至新湯温泉神社

1. 从游客中心出发
2. 从畑下温泉出发
3. 从新湯富士出发（大沼以北的北部路线）
4. 从苇沼出发（大沼以南的南部路线）

距离：

新湯富士路线：8.0 公里

苇沼路线：7.5 公里

时长：

新湯富士路线：270 分钟（单程）

苇沼路线：240 分钟（单程）

最近的公交站点：

游客中心起点：在“七岩吊桥”站下车。过吊桥即可到达游客中心。

畑下温泉起点：在“盐原门前”站或“盐原畑下”站下车均可。

新湯温泉神社终点：无直达公交，从盐原温泉巴士总站乘出租车约 20 分钟可达。

路线概况

1958 年，盐原自然研究路成为日本政府指定的首条“自然研究路”。这条 8 公里长的徒步路线设有两个起点，分别位于游客中心和畑下温泉（畑，音同“田”）。两条支线中途汇合成一条主路，继续通向大沼，然后在那里再次分岔，但两条路线最终都会抵达新湯温泉神社。北侧的新湯富士路线难度中等，需攀登新湯富士（1184 米）；南侧的苇沼路线绕苇沼湿地一周，相对轻松。两条路线起点与终点相同，也可组合成“大沼环线”。

亮点特色

须卷富士（从畑下温泉出发）

须卷富士（710 米）是始于畑下温泉的路线上的一座小山，位于新汤富士和葦沼两条路线汇合点不远处。山顶有一尊佛教五大明王之一“不动明王”的雕像。通往山顶的陡峭台阶脚下是须卷富士山公园，园内有高大的赤松(*Pinus densiflora*)及包括栎树(*Quercus serrata Murray*)在内的多种栎树。

小太郎之渊 (从游客中心出发)

这里是路线上颇受欢迎的休息点，其魅力在于低矮宽阔的瀑布群和布满苔藓的巨石。“小太郎之渊”的名称与 16 世纪盐原领主小山小太郎（生卒年不详）的悲剧有关，据说他从高处纵身跳入下方的急流中身亡。关于他自杀的缘由有各种传言，有的说他是因为父报仇屡屡失败，也有的说他与杀父仇人之女陷入了禁忌之恋，难以自拔。

新汤温泉神社 (两条路线的终点)

神社内的木构大殿中供奉着一座石塔，是 1518 年人们为祈求平息瘟疫而建造。石塔形似石灯笼，刻有地藏菩萨立像，1958 年被指定为国家重要文化财产。

<繁体字>

鹽原自然研究路：從遊客中心或畑下溫泉至新湯溫泉神社

1. 從遊客中心出發
2. 從畑下溫泉出發
3. 從新湯富士出發（大沼以北的北部路線）
4. 從葦沼出發（大沼以南的南部路線）

距離：

新湯富士路線：8.0 公里

葦沼路線：7.5 公里

時長：

新湯富士路線：270 分鐘（單程）

葦沼路線：240 分鐘（單程）

最近的公車站：

遊客中心起點：在「七岩吊橋」站下車。過吊橋後就可以到達遊客中心。

畑下溫泉起點：在「鹽原門前」站或「鹽原畑下」站下車均可。

新湯溫泉神社終點：沒有直達公車，從鹽原溫泉客運總站搭乘計程車大約 20 分鐘可達。

路線概況

鹽原自然研究路在 1958 年成為日本政府指定的首條「自然研究路」。這條健行路線長 8 公里，設有兩個起點，分別位於遊客中心和畑下溫泉（畑，音同「田」）。兩條支線中途匯合成一條主路，繼續通向大沼，然後在那裡再次分岔，但兩條路線最後都會抵達新湯溫泉神社。北側的新湯富士路線難度中等，需攀登新湯富士（1184 公尺）；南側的葦沼路線繞葦沼濕地一周，相對輕鬆。兩條路線起點與終點相同，也可組合成「大沼環線」。

亮點特色

須卷富士（從畑下溫泉出發）

須卷富士（710 公尺）是始於畑下溫泉的路線上的一座小山，位於新湯富士和葦沼兩條路線匯合點不遠處。山頂有一尊佛教五大明王之一「不動明王」的雕像。通往山頂的陡峭台階腳下是須卷富士山公園，園內有高大的赤松（*Pinus densiflora*）及包括枹櫟（*Quercus serrata Murray*）在內的多種櫟樹。

小太郎之淵（從遊客中心出發）

這裡最具魅力的是低矮寬闊的瀑布群和布滿苔蘚的巨石，同時也是路線上很受歡迎的休息點。「小太郎之淵」的名稱源於 16 世紀鹽原領主小山小太郎（生卒年不詳）的悲劇，據說他從高處縱身跳入下方的急流中身亡。關於他自殺的原因有不少傳言，有人說他因為父報仇屢屢失敗，也有人說他與殺父仇人的女兒陷入了禁忌之戀，難以自拔。

新湯溫泉神社（兩條路線的終點）

1518 年，人們為祈求平息瘟疫而建造了一座石塔，如今仍供奉在神社的木構大殿內。石塔形似石燈籠，刻有地藏菩薩立像，在 1958 年被指定為國家重要文化財產。

<日本語仮訳>

塩原自然研究路：ビジターセンターまたは畑下温泉から新湯温泉神社まで

オプション 1：ビジターセンター起点經由

オプション 2：畑下温泉起点經由

オプション 3：新湯富士經由（大沼の先を北側にまわるルート）

オプション 4：ヨシ沼經由（大沼の先を南側にまわるルート）

行程：

新湯富士コース：8.0km

ヨシ沼コース：7.5km

所要時間：

新湯富士コース：270 分（片道）

ヨシ沼コース：240 分（片道）

最寄りのバス停：

ビジターセンター起点：「七ツ岩吊橋」停留所、吊り橋を渡ってビジターセンターへ

畑下温泉起点：「塩原門前」または「塩原畑下」のいずれかの停留所

新湯温泉神社終点：塩原温泉バスターミナルからタクシーで約 20 分（直行バスなし）

コース概要

塩原自然研究路は、1958 年に日本政府により指定された初めての自然研究路である。8 キロメートルのハイキングコースには、2 つの起点がある。1 つはビジターセンターで、もう 1 つは畑下温泉である。この 2 つのルートはやがて一本道になり、大沼まで続く。そして大沼から再び道が別れ、両ルートとも新湯温泉神社が終点となる。北に向かう新湯富士コースは、難易度中級のコースで、新湯富士（1,184m）を登る。南に向かうヨシ沼コースは、ヨシ沼の周囲を廻る歩きやすいコースである。両ルートは同じ地点から始まり、同じ地点で終わる。この 2 つのルートは、組み合わせて大沼周回コースとして知られているコースにすることもできる。

見どころ

須巻富士（畑下温泉起点からアクセス可能）

須巻富士（710m）は、畑下を起点とするルート上にある丘陵であり、新湯富士とヨシ沼 2 つのコースの合流点からさほど遠くない場所に位置している。山頂には、仏教の五大明王の 1 人である不動明王の像がある。山頂への急な階段のふもとには、須巻富士山公園がある。この公園には、アカマツ(*Pinus densiflora*)の巨木や、コナラ(*Quercus serrata*)を含むさまざまな種類のナラの木がある。

小太郎ヶ淵（ビジターセンター起点からアクセス可能）

連続して現れる低く幅の広い滝、そして苔で覆われた岩がこの場所の魅力であり、コース沿いにある人気の休憩スポットである。小太郎の淵という名前は、不運だった 16 世紀の塩原の領主、小山小太郎（生没年不詳）に因んでつけられたものである。小太郎は、かなり高い所から急流に身を投げたと言われている。彼の死を取り巻く言い伝えによると、父親の敵討を企てるも失敗したことや、父親の暗殺者の娘との禁じられた恋のもつれがあったと言われている。

新湯温泉神社（両コースの終点）

木造の神殿には、1518 年に伝染病の収束を願って奉納された石幢がある。それは、地蔵菩薩の立像が彫られた石灯籠のように見える。石幢は 1958 年に重要文化財に指定された。

【タイトル】 塩原自然研究路：大沼周回コース

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

盐原自然研究路：大沼环线

距离：2～3 公里

时长：60～105 分钟（环线）

最近的公交站点：

无直达公交。环线的两个起点——新汤温泉神社和大沼公园距离盐原温泉巴士总站均约 20 分钟出租车车程，两处都设有停车场。

路线概况

1958 年，盐原自然研究路成为日本政府指定的首条“自然研究路”。这条全长 8 公里的徒步路线连接盐原温泉游客中心与新汤温泉神社，而大沼环线作为步道的最后一段，从新汤温泉神社出发，绕大沼湖一周后返回起点。

亮点特色

新汤富士（位于新汤富士路线）

新汤富士的熔岩穹丘（1184 米）形成于约 6500 年前，由前黑山（1678 米）山体侧面裂缝喷发的熔岩构成。山顶是一片原生林，以水榿（*Quercus crispula* var. *crispula*；榿，音同“由”）和山毛榉（*Fagus crenata*）为主，林下则生长着蕨类植物。

苇沼湿地（位于苇沼路线）

苇沼地区是一片缓坡环绕、绿草覆盖的沼泽地，湿地四周有一条长 0.8 公里的木栈环道，可供轮椅通行。此外，周边栖息着许多受保护的动、植物，严禁游人偏离指定步道。

大沼

“大沼”湿地保护区由沼泽和湖泊两部分组成，是多种珍稀野生动物的栖息地，例如体长仅 2 厘米的日本最小蜻蜓——八丁蜻蜓（*Nannophya pygmaea*）。受保护物种森树蛙（*Zhangixalus arboreus*）也生活在附近的森林中，它们将卵产在悬于湖面树枝上的泡沫巢

中，待卵孵化后，蝌蚪便落入下方的水中。一条长 1.8 公里的木栈道环绕湖泊与沼泽，轮椅也可通行。

<繁体字>

鹽原自然研究路：大沼環線

距離：2~3 公里

時長：60~105 分鐘（環線）

最近的公車站：

無公車直達。環線的兩個起點——新湯溫泉神社和大沼公園距離鹽原溫泉客運總站大約 20 分鐘計程車車程，兩處都有停車場。

路線概況

1958 年，鹽原自然研究路成為日本政府指定的首條「自然研究路」。這條健行路線全長 8 公里，連接鹽原溫泉遊客中心與新湯溫泉神社。大沼湖環線是步道的最後一段，從新湯溫泉神社出發，繞大沼湖一周後返回起點。

亮點特色

新湯富士（位於新湯富士路線）

新湯富士的熔岩穹丘（1184 公尺）形成於約 6500 年前，由前黑山（1678 公尺）山體側面裂縫噴發的熔岩構成。山頂是一片原生林，主要生長著水櫟（*Quercus crispula* var. *crispula*；櫟，音同「由」）和山毛櫸（*Fagus crenata*），林下是蕨類植物。

葦沼濕地（位於葦沼路線）

葦沼地區是一片緩坡環繞、綠草覆蓋的沼澤地。濕地四周是一條長 0.8 公里的木棧道，可以讓輪椅通行。因為周邊棲息著許多受保護的動、植物，所以嚴禁遊人偏離指定步道。

大沼

「大沼」濕地保護區主要包括沼澤和湖泊兩大部分。這裡是多種珍稀野生動物的棲息地，像是體長只有 2 公分的日本最小蜻蜓——八丁蜻蜓（*Nannophya pygmaea*）。受保護物種森樹蛙（*Zhangixalus arboreus*）也生活在附近的森林中，牠們將卵產在懸於湖面樹枝上的泡沫巢中，等到卵孵化後蝌蚪便落入下方的水中。長 1.8 公里的木棧道環繞湖泊與沼澤，輪椅也可以通行。

<日本語仮訳>

塩原自然研究路：大沼周回コース

行程：2~3km

所要時間：60~105分（周回）

最寄りのバス停：

直行バスなし。周回コースの2つの起点である新湯温泉神社と大沼公園は、いずれも塩原温泉バスターミナルからタクシーで約20分のところにある。どちらにも駐車場を備えている。

コース概要

塩原自然研究路は、1958年に日本政府により最初に指定された自然研究路である。全長8キロメートルのハイキングコースは、塩原温泉ビジターセンターと新湯温泉神社を結んでいる。コースの最後の部分である大沼周回コースは、新湯温泉神社から大沼を周回して戻るコースである。

見どころ

新湯富士山（新湯富士コース）

新湯富士溶岩ドーム（1,184m）は、およそ6,500年前に前黒山（1,678m）の側面の亀裂から溶岩が噴出して形成された。山頂には原生林があり、ミズナラ(*Quercus crispula* var. *crispula*)の木とブナ(*Fagus crenata*)の木、下草としてシダが自生している。

ヨシ沼（ヨシ沼コース）

ヨシ沼がある場所は、なだらかな山の斜面に囲まれ、草で覆われた沼地である。車椅子での通行が可能な木道歩道（0.8km）が沼地を一周している。保護指定種の植物や動物があたり一帯に見られ、それらの保護のため、指定された歩道ルートから外れることは禁止されている。

大沼

大沼として知られる湿地保護区は、2つの区域に分かれている。1つは沼地であり、もう1つは湖である。この場所には、体長わずか2センチメートルの日本一小さいトンボであるハッチョウトンボ(*Nannophya pygmaea*)などの珍しい野生生物が生息している。保護指定種であるモリアオガエル(*Zhangixalus arboreus*)も近くの森に生息している。モリアオガエルは、湖の辺りから湖上に伸びる木の枝に、垂れ下がるように泡巣と呼ばれる泡のかたまりを作り、そこに産卵する。卵が孵化すると、オタマジャクシが下の水の中に落ちる。車椅子で通行可能な1.8キロメートルの木道歩道が、湖と沼地のまわりに設置されている。

【タイトル】 天皇の間・七ツ岩コース（ビジターセンターエリア）

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

天皇の間・七岩路线（游客中心区域）

距离：1.6 公里

时长：50 分钟（环线）

最近的公交站点：

在“七岩吊桥”站下车，步行至路线起点盐原温泉游客中心（徒步 300 米，7 分钟）。

路线概况

天皇の間・七岩路线是一条穿行于“前山国有林”中的轻松徒步路线，沿着盐原温泉游客中心和天皇之间纪念公园附近昴川的一处弯道而行。

路线最初一段与八汐路线相同，随后绕行约 200 米，穿过一片生长着日本冷杉(*Abies firma*)和多种栎树的原生林，到达天皇之间纪念公园正门。路线继续沿着昴川延伸，途中可眺望远处的巨石群（七岩）。走过七岩吊桥后折返回来便进入环线的最后一段，穿过游客中心西侧的森林就可抵达终点。

亮点特色

野立岩

这是昴川中最大的岩石之一。在不少传说中都提到，一位领主途经盐原时，曾在这块岩石上露营过夜。

七岩与七岩吊桥

昴川中聚集着 7 块形状奇特的巨大岩石，而七岩吊桥不仅是观赏这组奇岩的绝佳位置，也是从“七岩吊桥”公交站到游客中心的捷径。

七岩足汤

此处免费足汤位于游客中心对岸的“七岩吊桥”公交站附近，全年开放。春季可观赏杜鹃花，秋季可欣赏绚丽红叶，是一个不错的去处。

天皇之間紀念公園

公園內保留了舊鹽原皇室別墅的部分建築，四周環繞著傳統日式庭園。別墅內陳列著天皇及皇室成員造訪鹽原時使用過的家具、衣物和各種物品。

<繁體字>

天皇之間・七岩路線（遊客中心區域）

距離：1.6 公里

時長：50 分鐘（環線）

最近的公車站：

在「七岩吊橋」站下車，步行至路線起點鹽原溫泉遊客中心（300 公尺，7 分鐘）。

路線概況

天皇之間・七岩路線是一條穿行於「前山國有林」中的輕鬆健行路線，沿著鹽原溫泉遊客中心和天皇之間紀念公園附近帚川的一處彎道而行。

路線最開始一段與八汐路線相同，隨後繞行約 200 公尺，穿過一片生長著日本冷杉（*Abies firma*）和多種櫟樹的原生林，到達天皇之間紀念公園正門。路線繼續沿著帚川延伸，途中可眺望遠處的巨石群（七岩）。走過七岩吊橋後折返回來便進入環線的最後一段，穿過遊客中心西側的森林後便是終點。

亮點特色

野立岩

野立岩是帚川中最大的岩石之一。在不少傳說中都提到，一位領主途經鹽原時，曾在這塊岩石上露營過夜。

七岩與七岩吊橋

帚川中聚集著 7 塊巨大岩石，形狀奇特，而七岩吊橋不只是從「七岩吊橋」公車站到遊客中心的捷徑，還是觀賞這組奇岩的絕佳位置。

七岩足湯

此處免費足湯位於遊客中心對岸的「七岩吊橋」公車站附近，全年開放。春季可觀賞杜鵑花，秋季可欣賞絢麗紅葉，是一個不錯的去處。

天皇之間紀念公園

公園内保留了舊鹽原皇室別墅的部分建築，四周是傳統日式庭園。別墅内陳列著天皇及皇室成員造訪鹽原時使用過的家具、衣物和其他日常用品。

<日本語仮訳>

天皇の間・七ツ岩コース（ビジターセンターエリア）

行程：1.6km

所要時間：50分（周回）

最寄りのバス停：

「七ツ岩吊橋」停留所で下車、起点の塩原温泉ビジターセンターまで徒歩（300m、徒歩7分）

コース概要

天皇の間・七ツ岩コースは、塩原温泉ビジターセンターと天皇の間記念公園の近くの、箒川の曲線をなぞるように前山国有林の中を歩く手軽な散策路である。

コースは、やしおコースと同じルートで始まります。その後、モミ(*Abies firma*)とナラ類の原生林を通過して約200メートルのループを描くと、天皇の間記念公園の前に出る。その後、箒川の流れて沿って道は続くが、道からは遠くに数多くの巨岩（七ツ岩）を望むことができる。道は七ツ岩吊り橋を渡る迂回路をたどり、その後引き返します。そこからビジターセンターの西にある森林を少し歩くと、コースは終了する。

見どころ

野立岩

箒川で最も大きい岩の1つ。言い伝えがいくつかあり、塩原を通った際に大名がこの岩の上で一晩野営したと言われている。

七ツ岩および七ツ岩吊橋

箒川には、巨大な7つの奇岩が集まっている場所がある。橋は奇岩群を眺めるのに絶好の場所であり、七ツ岩吊橋バス停からビジターセンターへの近道でもある。

七ツ岩足湯

この無料の足湯は、ビジターセンター対岸の七ツ岩吊橋バス停近くにある。1年中開放されており、春にはツツジの花、秋には紅葉を眺めるのに適した場所である。

天皇の間記念公園

公園には、旧塩原御用邸の一部が保存されており、伝統的な日本庭園に囲まれている。この御用邸には、天皇とその家族が塩原を訪れた際に使用した家具、衣服など、様々な品が所蔵されている。

【タイトル】 塩原温泉街観光コース

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

塩原温泉街観光路线

具体行程、时长及交通方式请参考地图上的图例说明。

路线概况

这条路线贯穿盐原温泉区，从东侧的游客中心出发，向西延伸至中盐原后折返，大致沿着帚川而行。途中经过不少具有历史、文化意义的景点以及多处温泉，都很值得停留。

亮点特色

盐原温泉游客中心

游客中心内主要介绍盐原地区的温泉、历史、自然及地质。附近有多条徒步路线交汇，同时这里也是盐原溪谷游步道的起点。

汤步之里

此处设计独特的足汤坐落于盐原温泉的中心地带，全长约 60 米，是日本最大的足汤之一。足汤位于一处环形回廊之中，回廊最外侧以及足汤和中央池塘之间各设置了一排落地窗，人们可以一边泡脚，一边感受池塘内的静谧风景，或是透过外围窗户欣赏周边风光。

妙云寺

妙云寺由尼姑妙云（生卒年不详）于 1194 年创建，属于日本禅宗临济宗。寺内坐落着多块文人墨客的石碑。每年 5 月中旬，寺院内 3000 多株牡丹竞相绽放，堪称胜景。

门前

妙云寺前方的区域称为“门前”，这里有许多温泉。数百年以来，门前一直深受游客喜爱，人们前来泡汤，并参与寺庙举办的节庆及其他活动。在这里，能听到木屐的哒哒声，能看到身着温泉浴衣（轻便的棉质和服）的人们，是感受温泉街传统气氛的绝佳场所。

古町

古町是盐原温泉的核心地带，坐落着许多历史悠久的旅馆、餐馆和纪念品商店。在这里能看见盐原特有的“嘟嘟马车”（公共马车）在街上来回穿梭，还可以品尝到因这种马车而得名的盐原当地美食“嘟嘟烧”，这种如可丽饼的小吃形似嘟嘟马车上的喇叭，里面包着各种馅料。

盐原物语馆

这是一座历史博物馆，重点展示众多造访过盐原的作家的作品，尤其是 19 世纪 80 年代至 20 世纪 30 年代期间前来的作家。物语馆位于温泉街观光路线中途，是歇脚休憩的好地方。二楼可将帚川与红吊桥的美景尽收眼底。日语中的“紅” (kurenai) 的意思是更鲜艳的“赤” (aka)，“红吊桥”的“红”便是得名于盐原闻名的秋日红枫之色。

<繁体字>

鹽原溫泉街觀光路線

具體行程、時長及交通方式請參考地圖上的圖例說明。

路線概況

這條路線從東側的遊客中心出發，向西延伸至中鹽原後折返，大致沿著帚川而行，貫穿鹽原溫泉區。途中經過具有歷史、文化意義的景點以及多座溫泉，都很值得停留。

亮點特色

鹽原溫泉遊客中心

遊客中心是鹽原溪谷游步道的起點，中心內主要介紹鹽原地區的溫泉、歷史、自然及地質。附近有多條健行路線交匯。

湯步之里

這個設計獨特的足湯坐落於鹽原溫泉的中心地帶，是日本最大的足湯之一，全長約 60 公尺。足湯位於圓形迴廊之中，迴廊最外側以及足湯和中央池塘之間各設置了一圈落地窗，人們可以一邊泡腳，一邊感受池塘內的靜謐風景，或透過外圍窗戶欣賞周邊風光。

妙雲寺

1194 年，尼姑妙雲（生卒年不詳）創立了日本禪宗臨濟宗寺院「妙雲寺」。寺內分布著多座文人墨客的石碑，每年 5 月中旬，寺院內 3000 多株牡丹競相綻放，堪稱勝景。

門前

妙雲寺前方的區域稱為「門前」，這裡有許多溫泉。數百年以來，門前一直深受遊客喜愛，人們前來泡湯，並參與寺廟舉辦的節慶及其他活動。在這裡，能聽到木屐的噠噠聲，看到身著溫泉浴衣（輕便的棉質和服）的人們，是感受溫泉街傳統氣氛的絕佳場所。

古町

古町坐落著許多歷史悠久的旅館、餐館和禮品商店，是鹽原溫泉的核心地帶。在這裡能看見鹽原特有的「嘟嘟馬車」（公共馬車）在街上來回穿梭，還可以品嚐到因這種馬車而得名的鹽原當地美食「嘟嘟燒」。這種如可麗餅的小吃形似嘟嘟馬車上的喇叭，裡面包著各種餡料。

鹽原物語館

這是一座歷史博物館，展示多位造訪過鹽原的作家的作品，尤其是 1880 年代至 1930 年代期間前來的作家。位於溫泉街觀光路線中途的物語館是歇腳休憩的好地方，二樓可將帚川與紅吊橋的美景盡收眼底。日語中「紅」（kurenai）的意思是更鮮豔的「赤」（aka），「紅吊橋」的「紅」就得名於鹽原聞名的秋日紅楓之色。

<日本語仮訳>

塩原温泉街観光コース

行程、所要時間、交通手段については、地図上の凡例を参照。

ルート概要

東のビジターセンターから西の中塩原まで行って帰ってくる、主に帚川に沿って塩原温泉を通るコースである。おすすめの立ち寄りスポットには、歴史的や文化的に名所およびいくつかの温泉が含まれる。

見どころ

塩原温泉ビジターセンター

ビジターセンターには、塩原の温泉、歴史、自然、地質に関する展示がある。周辺にはいくつかのハイキングコースが交差しており、ビジターセンターは塩原溪谷遊歩道の起点となっている。

湯っ歩の里

塩原温泉の中心にあるユニークなデザインの全長約 60mの日本最大級の足湯。円形の回廊の内側に沿って足湯が設置されており、中央の池の周りに全面窓が取り付けられており、その窓によって池と足湯が隔てられている。回廊の外周にはさらに別の窓が並び、足湯の利用者は、穏やかな内側の池の景色を眺めながら足を浸したり、外側の窓から周囲の景色を楽しんだりすることができる。

妙雲寺

妙雲寺は、1194年に尼であった妙雲（生没年不詳）により開かれた、禅宗臨濟宗の寺である。文学者の石碑がこの寺の敷地に点在している。5月中旬になると、3,000を超える牡丹が寺の境内に咲き誇る。

門前

門前として知られる妙雲寺に面した地域には、多くの温泉がある。門前は、何世紀にもわたって観光客に人気があり、観光客は温泉に浸かり、寺で開催されるお祭りやその他の催しを楽しみに訪れる。ここは、下駄のカタカタという音を聞いたり、温泉浴衣（綿の着物）を身に着けた人々を眺めたり、温泉街の独特な雰囲気を楽しむのに良い場所である。

古町

古町は塩原温泉の中心地であり、古町には多くの老舗旅館、食事処、土産物店がある。「トテ馬車」と呼ばれる塩原の珍しい馬車がこの地域を走っている。ここは、塩原のご当地フードである「とて焼」が食べられる場所でもある。とて焼きは、いろいろな物を詰めて包んだクレープのような食べ物であり、トテ馬車に使われるラッパに形状が似ていることから名付けられたと言われている。

塩原もの語り館

塩原もの語り館は、特に1880年代から1930年代にかけて塩原を訪れた多くの作家の作品を紹介する歴史博物館である。ここは、温泉街観光コースの半ばで休憩をとるのに適した場所である。2階からは、箒川や紅の吊橋の素晴らしい眺めを望むことができる。日本語の「紅（くれない）」は「鮮やかな赤」を意味し、ここが紅葉の名所であることから、秋の赤いモミジの葉に因んでつけられた。

【タイトル】 雄飛の滝線歩道

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

雄飛瀑布歩道

距離：1.3 公里

时长：55 分钟（单程）

停车场：歩道起点附近设有雄飛瀑布停车场（无公交可达）

路线概况

雄飛瀑布歩道始于雄飛瀑布停车场，一直通向咆哮霹靂瀑布，还可继续往前至雷庭瀑布。歩道部分路段崎岖不平，强烈建议穿上专业登山鞋。岩层地貌、众多瀑布及湛蓝的河水都是该地区火山活动的见证，也是这条路线的魅力所在。

亮点特色

スッカン沢

“スッカン沢” (sukkan-zawa) 溪流呈浅蓝色，其水源来自高地的火山口湖，水中常含有火山喷发产生的矿物质、碳酸及其他化合物。“スッカン”的字面意为“酸”，得名于水体的酸性特质。

素廉瀑布

素廉瀑布位于河对岸，距歩道不远。流水顺着数米宽的岩石裂缝缓缓洒落，宛如悬挂在岩石上的珠串幕帘。

仁三郎瀑布

瀑布以发现者的名字命名，因水流泻入潭中时向外骤然扩散的形态酷似舞女的裙摆，故又名“舞姬瀑布”。

雄飛瀑布

瀑布四周环绕着高耸的岩石，水流湍急地坠入幽深的水潭。观瀑台位于瀑布上方，晴天时的阳光洒入下方深潭的蓝色水中，光影交错，景致独特。

薙刀岩

这一岩石地貌形似刀刃弯曲的日本长柄刀“薙刀”（薙，音同“替”），是火山熔岩冷却收缩时形成的柱状节理结构中的一种。

<繁体字>

雄飛瀑布步道

距離：1.3 公里

時長：55 分鐘（單程）

停車場：步道起點附近設有雄飛瀑布停車場（無公車可達）

路線概況

雄飛瀑布步道始於雄飛瀑布停車場，一直通向咆哮霹靂瀑布，從這裡還可繼續往前至雷庭瀑布。這條步道的部分路段崎嶇不平，強烈建議穿上專業登山鞋再出發。岩層地貌、眾多瀑布及湛藍的河水都是該地區火山活動的見證，也是這條路線的魅力所在。

亮點特色

スツカン沢

「スツカン沢」（sukkan-zawa）溪流呈淺藍色，其水源來自高地的火山口湖，水中常含有火山噴發產生的礦物質、碳酸及其他化合物。「スツカン」的字面意思為「酸」，得名於水體的酸性特質。

素廉瀑布

距離步道不遠的素廉瀑布位於河對岸，水流順著數公尺寬的岩石裂縫緩緩灑落，宛如懸掛在岩石上的珠串幕簾。

仁三郎瀑布

瀑布以發現者的名字命名，因為水流瀉入潭中時向外驟然擴散的形態酷似舞女的裙擺，又名「舞姬瀑布」。

雄飛瀑布

瀑布四周環繞著高聳的岩石，水流湍急地墜入幽深的水潭。瀑布上方有觀瀑台，晴天時陽光灑入下方深潭的藍色水中，光影交錯，景致獨特。

薙刀岩

這一岩石地貌形似刀刃彎曲的日本長柄刀「薙刀」（薙，音同「替」），是火山熔岩冷卻收縮時形成的柱狀節理結構中的一種。

<日本語仮訳>

雄飛の滝線歩道

行程：1.3km

所要時間：55分（片道）

駐車場：起点近くの雄飛の滝駐車場（バスの運行なし）

コース概要

雄飛の滝コースは、雄飛の滝駐車場から咆哮霹靂の滝まで続き、オプションコースが雷霆の滝まで延びている。このコースの一部は起伏が激しく、ハイキングシューズの着用が強く推奨される。このコースの注目すべき特徴は、岩層、多彩な滝、水の青さである。これらのすべてが、この地域で火山活動があったことを証明している。

見どころ

スukkan沢

スukkan沢を通るコースに沿って流れる川は、青白い色をしている。川は高地のカルデラ湖から流れており、水には火山による鉱物、炭酸、その他の化学物質がよく含まれている。「スukkan」という名前は水の酸性度に関係しており、文字通り「酸っぱい」を意味する。

素廉の滝

素廉の滝は川の対岸にあり、コースのルートから近いところにある。数メートル幅の岩のひびの上をつたって水が緩やかに流れ落ちる。このようにして生じる水の流れは、岩に掛けられた簾のように見える。

仁三郎の滝

この滝は、滝を最初に発見した人にちなんで名付けられたが、滝つぼに広がりながら流れ落ちる水が踊りを舞う少女のスカートに似ているとされることから、「舞姫滝」という愛称でも呼ばれてきた。

雄飛の滝

この滝は、背の高い岩に囲まれており、滝水は大きな力で洞穴のような滝つぼに流れ込む。上の観瀑台から滝を眺めることができ、晴れた日には、下の深い滝つぼの青い水に光が降り注ぐ。

薙刀岩

湾曲した薙刀のように見えるこの岩層は、溶岩が冷えて収縮するときにかかる柱状節理の一種である。

【タイトル】 竜化の滝

【想定媒体】 看板

<簡体字>

龙化瀑布

龙化瀑布是盐原最高的瀑布，落差达 60 米。水流分三级蜿蜒而下，形似巨龙攀崖而上、直冲云霄。“龙化”意为“化身为龙”，源自中国著名的民间传说“鲤鱼跳龙门”。

瀑布周围的岩层由两种火山岩构成——绿凝灰岩与安山岩。安山岩独特的自然构造是火山活动的产物，安山岩岩浆冷却时，外层冷却速度更快，因此在岩石表面产生撕扯力，导致岩石出现裂缝。

<繁体字>

龍化瀑布

龍化瀑布是鹽原最高的瀑布，落差達 60 公尺。水流分三級蜿蜒而下，形似巨龍攀崖而上、直沖雲霄。「龍化」的意思是「化身為龍」，源自中國著名的民間傳說「鯉魚跳龍門」。

瀑布周圍的岩層由綠凝灰岩與安山岩兩種火山岩構成。安山岩獨特的自然構造是火山活動的產物，安山岩岩漿冷卻時外層冷卻速度更快，因此岩石表面會產生撕扯力，導致岩石出現裂縫。

<日本語仮訳>

竜化の滝

竜化の滝は塩原で最も高い滝で、その高さは 60 メートルである。3 段に渡ってジグザグに流れる水は、天をめがけて崖を登っていく竜のように見えると言われている。滝の名前は「竜に化ける滝」という意味であり、滝を上流へ向かって泳ぐ鯉についての、有名な中国の言い伝えが由来である。

滝を囲む岩層は、緑色凝灰岩と安山岩の 2 種類の火山岩からなる。安山岩層が見せる独特の自然構造は、火山活動によるものである。安山岩マグマは冷えると、その外側の層がより速く冷却される。これにより、岩の表面に沿ってせん断力が働き、岩に亀裂が入るのである。

【タイトル】 布滝

【想定媒体】 看板

<簡体字>

布瀑布

布瀑布是“盐原十名瀑”之一，其穿过岩石间狭窄缝隙倾泻而下的白色水流，宛如垂挂在石壁上的布料，瀑布也因此得名。布瀑布形成于两种岩石的交界地带：坚硬的安山岩与较松软的沉积岩——绿凝灰岩。较松软的岩石被水流逐渐侵蚀，最终造就了这一壮观的瀑布。

在八汐路线的观瀑台上可近距离观赏瀑布。从那里能更直观地感受瀑布的规模与湍急之势，也能清晰看到安山岩与绿凝灰岩的分界线。

<繁体字>

布瀑布

布瀑布是「鹽原十名瀑」之一，其穿過岩石間狹窄縫隙傾瀉而下的白色水流，宛如垂掛在石壁上的布料，這就是瀑布名的由來。布瀑布形成於兩種岩石的交界地帶，分別是堅硬的安山岩與較鬆軟的沉積岩——綠凝灰岩。較鬆軟的岩石被水流逐漸侵蝕，日積月累，造就了這一壯觀的瀑布。

在八汐路線的觀瀑台上可近距離觀賞瀑布。從這裡能更直接感受到瀑布的規模與湍急之勢，還能清晰看到安山岩與綠凝灰岩的分界線。

<日本語仮訳>

布滝

布滝は「塩原十名瀑」の1つとして知られている。岩の狭い隙間を流れ落ちる白い滝は、石壁に掛けられた布に似ていると言われるため、「布滝」と呼ばれるようになった。布滝は、2種類の岩が隣り合う場所に形成された。硬い安山岩と、緑色凝灰岩と呼ばれるより柔らかい堆積岩である。より柔らかい岩が流水によって徐々にすり減り、このダイナミックな滝が形成された。

滝は、やしろハイキングコースの観瀑台から間近で見ることができる。そこから、滝の規模やその激しさを感じたり、安山岩と緑色凝灰岩の境界を見たりすることができる。

【タイトル】 材木岩

【想定媒体】 看板

<簡体字>

材木岩

材木岩の字面意为“木材之岩”，指的是该地区外观形似木材堆的一种岩层。这些岩层由安山岩构成，是柱状节理的产物。柱状节理是因火山熔岩冷却收缩时所产生的裂隙而形成的一种地质结构，北爱尔兰的巨人之路和印度的德干地盾都是世界著名的柱状节理。南侧的材木岩靠近布瀑布，北侧的材木岩则在地下一直延伸到天狗岩附近的福渡层。

<繁体字>

材木岩

材木岩的字面意思是「木材之岩」，指的是這個地區形似木材堆的岩層。這些岩層是柱狀節理的產物，由安山岩構成。柱狀節理是因火山熔岩冷卻收縮時所產生的裂隙而形成的一種地質結構，北愛爾蘭的巨人之路和印度的德干高原都是世界著名的柱狀節理。南側的材木岩靠近布瀑布，北側的材木岩則在地下一直延伸到天狗岩附近的福渡層。

<日本語仮訳>

材木岩

文字通り「材木の岩」を意味しており、材木岩は、材木を積み重ねたように見えるこの地域の岩層のことである。それらは安山岩でできており、柱状節理により形成された。柱状節理とは、溶岩が冷えて収縮する際にできた溶岩の裂け目で形成される地質構造である。柱状節理の他の例としては、北アイルランドのジャイアンツ・コースウェイやインドのデカン・トラップがある。南は、布滝の近くに材木岩があり、北には材木岩が地下を伸びて、天狗岩の近くの福渡層まで続いている。

【タイトル】 日本における滝の歴史と伝統

【想定媒体】 看板

<簡体字>

日本瀑布的历史与传统

日本有许多与水相关的文化习俗，“瀑布修行”便是其一，这是一种站在瀑布下诵经或祈祷的传统。在日本最早的两部编年史《古事记》（712年）与《日本书纪》（720年）中，都提及了“禊”（音同“戏”，即用水进行的净化仪式）的重要性。据说以前人们在进入圣山区域前，首先要以瀑布修行来净化身心。

许多瀑布被认为是神道教与佛教神明的化身。有些人进行瀑布修行是为了与这些神明建立直接的身体联系，另一些人则是为了表达对神明的虔诚信仰。当冰冷刺骨的激流猛烈冲击身体时，唯有保持强韧的身心，才能在瀑布下持续专注、诵经或祈祷。

近年来，瀑布修行不再局限于宗教范畴。有人为了提升体能与专注力而来，也有人为了缓解压力而来，亲近自然，吸收负离子，这些都能成为瀑布修行的契机。

<繁体字>

日本瀑布的歷史與傳統

日本有許多文化習俗與水相關，「瀑布修行」便是其一，這是一種站在瀑布下誦經或祈禱的傳統。在日本最早的兩部編年史《古事記》（712年）與《日本書紀》（720年）中，都提及了「禊」（音同「戲」，即用水進行的淨化儀式）的重要性。據說，以前人們在進入聖山區域前會用瀑布修行來淨化身心。

許多瀑布被認為是神道教與佛教神明的化身，有些人進行瀑布修行是為了與神明建立直接的身體聯繫，另一些人則是為了表達對神明的虔誠信仰。當冰冷刺骨的激流猛烈打在身上時，要在瀑布下保持專注、誦經或祈禱，需要非常強韌的身心才行。

瀑布修行近年來不再局限於宗教範疇。大家到此處目的各不相同，或為了提升體能與專注力，或為了緩解壓力，親近自然，吸收負離子，這些都能成為瀑布修行的契機。

<日本語仮訳>

日本における滝の歴史と伝統

日本には水に関する文化的慣習が数多くある。そのような慣習の1つに滝行があり、滝の下に立つ

て経を唱えたり祝詞を奏上したりする伝統である。禊（水による清めの儀式）の重要性については、日本最古の年代記である『古事記』（712年）や『日本書紀』（720年）で言及されている。滝行は、神聖な山の霊域に入る前に、まず身体と精神を清めるために行われたようである。

滝の多くは、神道や仏教の神々の顕現であると考えられている。これらの神々と直接肉体的に接触するために滝行を実践する者もいれば、神々への信仰を示したい者もいる。水は氷のように冷たく、ものすごい力で体に当たる。滝の下に立ちながら、集中し続け、経を唱えたり祈りを捧げたりするには、かなり強固な心身が必要である。

近年、宗教とは関係なく滝行が実践されるようになった。体力や集中力を向上させる目的や、ストレスを軽減し、自然と一体化し、マイナスイオンを吸収することも滝行を実践する動機とされている。

【タイトル】 野立岩

【想定媒体】 看板

<簡体字>

野立岩

野立岩高约 10 米，据当地传说，这块岩石上可同时站立 100 多人。1600 年，附近宇都宮的大名（大領主）率領隨從們北上前往會津藩時途經鹽原，因无合适的住宿之处，便在这块巨石上露營過了一夜，岩石因此被命名为“野立岩”。当时，“野立”一词通常是贵族去地方旅行途中在野外稍事休息的意思。

<繁体字>

野立岩

據當地傳說，高約 10 公尺的野立岩上可同時站立 100 多人。1600 年，附近宇都宮的大名（大領主）率領隨從們北上前往會津藩時途經鹽原，因為找不到合適的落腳點，他們便在這塊巨石上露營過了一夜，岩石因而得名。在當時，「野立」一詞指的是貴族去地方旅行途中在野外稍事休息。

<日本語仮訳>

野立岩

野立岩の高さは約 10 メートルで、地元の言い伝えによると、100 人以上が一度に立つことができる。1600 年、近くの宇都宮の大名が会津藩へ北上する道中、側近らとともに塩原を通りがかった際に、宿泊施設が無かったためこの巨石の上で一晩野営した。その結果、野立ちの慣習に因んで野立と名付けられた。この言葉は一般的に、貴人が地方へ旅行する際に野外でとる休憩を指していた。

【タイトル】紅葉

【想定媒体】看板

<簡体字>**秋日红叶**

秋季，盐原的山坡会被 20 多种树木染上火焰般的绚烂色彩。在温暖的季节里，所有植物都会大量生成叶绿素，它是光合作用所必需的色素。树叶中也会产生红色、黄色等其他色素，但在春夏季节，这些色素会被叶绿素掩盖。当阳光减弱、白昼变短，叶绿素开始分解，秋季的鲜艳色彩便随之显现。秋叶变色的时间与浓烈程度是温度、光照、水分等多种环境因素共同作用的结果。

<繁体字>**秋日紅葉**

每到秋季，鹽原的山坡會被 20 多種樹木染上絢爛色彩，如火焰般耀眼。在溫暖的季節裡，所有植物都會大量生成葉綠素，這是光合作用所必需的色素。樹葉中也會產生紅色、黃色等其他色素，只是在春夏季節這些色素會被葉綠素掩蓋，只有在陽光減弱、白晝變短，葉綠素開始分解後，秋季的鮮豔色彩才會顯現。溫度、光照、水分等多種環境因素共同作用，決定了秋葉變色的時間與濃烈程度。

<日本語仮訳>**紅葉**

秋になると、塩原の山腹は 20 種類以上の木々が燃えるような鮮やかな色で染まる。暖かい季節には、すべての植物が大量の葉緑素を生成する。葉緑素は光合成に必要な緑色の色素です。葉は赤や黄色などの他の色素も生成するが、これらは春と夏の間は、葉緑素によって覆われている。日光が弱まり、日が短くなると、葉緑素が分解され始め、秋の鮮やかな色が現れる。紅葉のタイミングとその彩度は、温度、光、水などのさまざまな環境要因によって決まる。

【タイトル】 塩原の野鳥

【想定媒体】 看板

<簡体字>**盐原的野生鸟类**

盐原是众多野生鸟类的栖息地，周边的森林中处处回荡着它们的鸣叫声。这里的湿地吸引来了多种水鸟，比如大白鹭(*Ardea alba alba*)、苍鹭(*Ardea cinerea jouyi*)、鸳鸯(*Aix galericulata*)、绿头鸭(*Anas platyrhynchos platyrhynchos*)、冠鱼狗(*Megaceryle lugubris*)和鹡鸰属(*Motacilla* spp.)鸟类，它们都群集于帚川及其周边的湖泊、沼泽地带。

阔叶林中则栖息着大斑啄木鸟(*Dendrocopos major hondoensis*)、白腹蓝鹡(*Cyanoptila cyanomelana*)等林禽。此外，这里还有多种猛禽，包括日本鵟(*Buteo japonicus*; 鵟，音同“狂”)、鹰属(*Accipiter* spp.)鸟类、游隼东方亚种(*Falco peregrinus japonensis*)和长尾林鸮本州亚种(*Strix uralensis hondoensis*; 鸮，音同“肖”)。盐原也是多种山雀的家园，如大山雀(*Parus cinereus minor*)、褐头山雀(*Poecile montanus restrictus*)、煤山雀(*Periparus ater insularis*)、杂色山雀(*Sittiparus varius*)和北长尾山雀(*Aegithalos caudatus trivirgatus*)。这些小型鸟类外形相似，但鸣叫和啼唱声却千差万别。

<繁体字>**鹽原的野生鳥類**

鹽原是多種野生鳥類的棲息地，周邊的森林中迴盪著牠們的鳴叫聲。這裡的濕地吸引了包括大白鷺 (*Ardea alba alba*)、蒼鷺 (*Ardea cinerea jouyi*)、鴛鴦 (*Aix galericulata*)、綠頭鴨 (*Anas platyrhynchos platyrhynchos*)、冠魚狗 (*Megaceryle lugubris*) 和鵲鴝屬 (*Motacilla* spp.) 鳥類等多種水鳥，牠們群集於帚川及其周邊的湖泊與沼澤地帶。

闊葉林中則棲息著大斑啄木鳥 (*Dendrocopos major hondoensis*)、白腹藍鶇 (*Cyanoptila cyanomelana*) 等林禽。這裡還有多種猛禽，像是日本鵟 (*Buteo japonicus*; 鵟，音同「狂」)、鷹屬 (*Accipiter* spp.) 鳥類、遊隼東方亞種 (*Falco peregrinus japonensis*) 和長尾林鸮本州亞種 (*Strix uralensis hondoensis*; 鸮，音同「宵」)。鹽原也是多種山雀的家園，如大山雀 (*Parus cinereus minor*)、褐頭山雀

(*Poecile montanus restrictus*)、煤山雀 (*Periparus ater insularis*)、雑色山雀 (*Sittiparus varius*) 和北長尾山雀 (*Aegithalos caudatus trivirgatus*)。這些小型鳥類外形頗為相似，鳴叫和啼唱聲卻千差萬別。

<日本語仮訳>

塩原の野鳥

塩原には多くの野鳥が生息し、周囲の森はそのさえずりで満ちあふれている。この地域の湿地が水鳥を引き付け、ダイサギ(*Ardea alba alba*)、アオサギ(*Ardea cinerea jouyi*)、オシドリ(*Aix galericulata*)、マガモ(*Anas platyrhynchos platyrhynchos*)、ヤマセミ(*Megaceryle lugubris*)、セキレイ類(*Motacilla* spp.)の鳥たちが、箒川や、その周辺の湖や沼に集まってくる。

広葉樹の森には、アカゲラ(*Dendrocopos major hondoensis*)やオオルリ(*Cyanoptila cyanomelana*)などの鳥がやってくる。ノスリ(*Buteo japonicus japonicus*)、タカ類(*Accipiter* spp.)、ハヤブサ(*Falco peregrinus japonensis*)、フクロウ(*Strix uralensis hondoensis*)などの猛禽類もここで見ることができる。数種類のカラが塩原に生息しており、シジュウカラ(*Parus cinereus minor*)、コガラ(*Poecile montanus restrictus*)、ヒガラ(*Periparus ater insularis*)、ヤマガラ(*Sittiparus varius*)、エナガ(*Aegithalos caudatus trivirgatus*)がいる。これらの小鳥は姿こそ似ているが、その鳴き声やさえずりは多様である。

【タイトル】 地名の由来

【想定媒体】 看板

<簡体字>

当地地名の由来

塩原

塩原位于山区中的一片平原上，这里曾出产岩盐，因而得名。但有人说这个地名与武将塩原八郎（生卒年不详）有关。

大网

这里的鱼类逆流而上时会被河中的岩石困住，所以人们只要在沿河峭壁上悬挂大网就能轻易捕获它们，大网也因此闻名。

福渡

这里风力强劲，据说顺风时骑自行车上坡，甚至不用蹬踏，风就能把人推到坡顶。福渡的日文读音“fukuwata”中的“fuku”意为“吹”，“wata”意为“穿过”。但随着时间推移，汉字“吹”被同音但意为幸运的“福”字取代。

野立岩

据说江户时代(1603-1867)有一位领主途经此地时，曾在这块岩石上扎营。“野立”一词曾指贵族在长途旅行中停下轿子在露天小憩。

盐之汤

字面意为“盐之温泉”，此处温泉的含盐量在盐原所有温泉中最高。

盐釜

塩原出水量最大、最热的温泉。传说以前从海水中提取食用盐时，就用这里的温泉水加热煮盐的“釜”，因而得名。

畑下

畑，音和意都同“田”，这里因位于一片农田的南侧——即“下方”而得名。

门前

字面意为“寺门之前”，指妙云寺门外的村落。

古町

字面意为“老城区”，是下盐原最古老的小镇。

新汤

一次地震掩埋了元汤温泉后，当地人将生意迁到了新汤温泉。

元汤

字面意为“最初的温泉”。据说盐原发现的第一处温泉就在附近，现在的温泉是1659年原温泉被山体滑坡掩埋后重新挖掘的。

<繁体字>

當地地名的由來

鹽原

鹽原位於山區中的一片平原上，這裡曾出產岩鹽，「鹽原」因而得名。但也有人認為，這個地名與武將鹽原八郎（生卒年不詳）有關。

大網

這裡的魚類逆流而上時會被河中的岩石困住，人們只要在沿河峭壁上懸掛大網就能輕易捕獲牠們，大網也因此聞名。

福渡

這裡風力強勁，據說在順風時騎自行車上坡，不用蹬踏，風就能把人推到坡頂。福渡的日文讀音「fukuwata」中的「fuku」意為「吹」，「wata」意為「穿過」。但隨著時間推移，漢字「吹」被同音但意為幸運的「福」字取代。

野立岩

據說在江戶時代（1603-1867）曾有一位領主途經此地，在這塊岩石上紮營。「野立」一詞過去指貴族在長途旅行中，停下轎子在露天短暫休息。

鹽之湯

這座溫泉含鹽量在鹽原所有溫泉中最高，鹽之湯的字面意思便是「鹽之溫泉」。

鹽釜

這是鹽原出水量最大、最熱的溫泉。傳說這裡的溫泉水以前曾被用於在煮海水製鹽時加熱「釜」，因而得名。

畑下

畑，音和意都同「田」，這裡因位於一片農田的南側（即「下方」）而得名。

門前

門前的字面意為「寺門之前」，指妙雲寺門外的聚居區。

古町

下鹽原最古老的小鎮，字面意為「老城區」。

新湯

一次地震掩埋了元湯溫泉後，當地人將生意遷到了新湯溫泉。

元湯

元湯的字面意思為「最初的溫泉」。據說鹽原發現的第一座溫泉就在附近，現在的溫泉是 1659 年原溫泉被山體滑坡掩埋後重新挖掘的。

<日本語仮訳>

地名の由来

塩原

塩原は、かつて岩塩が生産されていた山岳地帯の平原にある。町名の由来に関しては、武将塩原八郎（生没年不詳）の名前から来ているという説もある。

大網

この地区は、川を遡上しているときに魚が岩に足止めされたために、川沿いの険しい崖から吊るした大きな漁網で魚を捕えることができた場所として知られている。

福渡

この地域では風が非常に強く吹くため、追い風があれば、ペダルを踏まなくても自転車で坂を上ることができると言われている。フクは「吹く」を意味し、ワタは「渡る」を意味する。しかしその後、「吹く」の漢字は、「幸運」を意味する同じ発音の「福」という文字に置き換えられた。

野立岩

江戸時代（1603-1867）にこの地域を旅したある領主が、この岩の上で野営したと言われている。野立という言葉は、貴人が長期の旅行中に駕籠を止めて、野外で取る短い休息を説明するときに使われていた。

塩の湯

文字通り「塩の泉」。この地域の温泉は、塩原で最も塩分濃度が高い。

塩釜

塩原の温泉のなかで、湯量が最も多く、温度が最も高い温泉。言い伝えによると、以前この温泉の湯が、海水から塩を蒸留する際に、釜を温めるために使用されていたそうだ。

畑下

ハタは「作物用の畑」を意味する。この地名は、畑の南、すなわち「下」に位置していることから名づけられた。

門前

文字通り、「門の前」。妙雲寺の門の外にある集落。

古町

文字通り、「旧市街」。下塩原で最も古い町である。

新湯

元湯の浴場は地震で埋まってしまったため、その後、地元の人々が新湯に事業を移した。

元湯

文字通り、「最初の泉」。塩原で最初に発見された温泉がこの近くにあると考えられているが、元々あった温泉浴場は 1659 年に地滑りによって埋まり、その後、現在の温泉が掘られた。

【タイトル】 鳥類学者、清棲幸保

【想定媒体】 看板

<簡体字>

清棲幸保，鸟类学先驱

清棲幸保(1901-1975)是鸟类学领域的先驱，同时也是一位野鸟摄影家。他在盐原拥有一处度假屋，并以此为基地开展了长达 20 余年的研究。

在野生鸟类研究方面，清棲幸保取得了诸多突破，他是鸟类生态学的领军人物，其系统性研究涵盖了鸟类的迁徙、繁殖模式及食性等领域。在日本高山鸟类研究尚属空白的年代，他在日本北部山区工作研究长达 10 年，发现了许多鸟类新物种。此外，清棲幸保也是首位证实盐原是星鸦(*Nucifraga caryocatactes*)、金冠戴菊(*Regulus regulus*)、欧亚旋木雀(*Certhia familiaris*)及金雕(*Aquila chrysaetos*)等鸟类栖息地的学者。

《日本鸟类大图鉴》是清棲幸保的鸿篇巨著，全书共三卷、917 页，内容包括鸟类的解剖描述、标本保存技术、地图、图表，以及数百张鸟类、雏鸟、鸟巢、羽毛和鸟蛋的照片与插图。1945 年，就在这部著作即将出版之际，二战(1939-1945)期间的东京大轰炸几乎将书稿全部焚毁。后来，清棲幸保在盐原重新撰写了整部原稿，让这部始于 14 年前的作品终于在 1952 年正式出版。

清棲幸保出身于封建时代著名的大名（大领主）家族——真田家族，其父是松代藩（今长野市）的末代藩主。大学期间，他成为了日本皇室的分支——清棲家族的养子。清棲幸保曾就读于东京帝国大学（今东京大学）理科，后在京都帝国大学（今京都大学）研究生院研究鸟类生理学。1954 年至 1964 年间，他历任宇都宫大学讲师、副教授及教授。

<繁体字>

清棲幸保，鳥類學先驅

鳥類學領域的先驅清棲幸保（1901-1975）也是一位野鳥攝影家。他在鹽原擁有一棟度假屋，以此為基地，開展了長達 20 多年的研究。

清棲幸保在野生鳥類研究方面取得了許多突破，他是鳥類生態學的領軍人物，其系統性研究涵蓋了鳥類的遷徙、繁殖模式及食性等領域。在日本高山鳥類研究尚屬空白的年代，清棲幸保在日本北部山區研究長達 10 年，發現了許多鳥類新物種。此外，他也是首

位證實鹽原是星鴉 (*Nucifraga caryocatactes*)、金冠戴菊 (*Regulus regulus*)、歐亞旋木雀 (*Certhia familiaris*) 及金雕 (*Aquila chrysaetos*) 等鳥類棲息地的學者。

清棲幸保的鴻篇巨著《日本鳥類大圖鑑》共三卷、917 頁，內容包括鳥類的解剖描述、標本保存技術、地圖、圖表，以及數百張鳥類、雛鳥、鳥巢、羽毛和鳥蛋的照片與插圖。在這部著作即將出版的 1945 年，二戰 (1939-1945) 期間的東京大轟炸幾乎焚毀了全部書稿。之後，清棲幸保在鹽原重新撰寫了整部原稿，這部始於 14 年前的作品終於在 1952 年正式出版。

清棲幸保出身於封建時代著名的大名 (大領主) 家族——真田家，其父是松代藩 (今長野市) 的末代藩主。大學期間，清棲幸保成為日本皇室的分支——清棲家的養子。他曾就讀於東京帝國大學 (今東京大學) 理科，後在京都帝國大學 (今京都大學) 研究所研究鳥類生理學。1954 年至 1964 年間，他在宇都宮大學歷任講師、副教授及教授。

<日本語仮訳>

鳥類学者、清棲幸保

清棲幸保 (1901-1975) は、鳥類学の先駆者であり、野鳥の写真家でもあった。彼は塩原に別荘を所有し、20 年以上にわたってそこを研究の拠点として使用していた。

清棲は、野鳥の研究で多くの進歩を成し遂げ、渡り、繁殖パターン、食性などの生態学研究の第一人者であった。日本の高山の鳥をまだ誰も研究していなかった時代に、日本北部の山々で 10 年間研究し、そこで多くの新種を発見した。清棲は、塩原がホシガラス (*Nucifraga caryocatactes*)、キクイタダキ (*Regulus regulus*)、キバシリ (*Certhia familiaris*)、イヌワシ (*Aquila chrysaetos*) などの鳥の生息地であることを最初に特定した人物である。

『日本鳥類大図鑑』は、清棲の記念すべき全 3 巻の作品であった。この 917 ページの作品には、解剖学的解説、標本保存技術、地図、図表および何百枚もの鳥、雛、巣、羽、卵に関する写真やイラストが含まれている。1945 年、作品は出版予定日の直前に、第二次世界大戦 (1939-1945) の東京空襲でほぼ完全に消失してしまった。清棲はその後、塩原で原稿全体を書き直し、プロジェクトの作業に着手してから満 14 年後の 1952 年ようやく出版された。

清棲は、封建時代の有名な大名家である真田家に生まれ、彼の父親は、現在の長野市にあった松代藩最後の領主であった。大学時代、幸保は日本の皇族のひとつである清棲家の養子となった。彼は東京帝国大学 (現在の東京大学) で理学を学び、京都帝国大学 (現在の京都大学) の大学院時代に鳥の生理学的研究を行った。彼は、1954 年から 1964 年まで宇都宮大学の講師、助教授、教授であった。

地域番号	008	協議会名	伊勢志摩国立公園地域協議会
------	-----	------	---------------

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
008-001	二見浦	505	パンフレット アーカイブ
008-002	鳥羽展望台	200	パンフレット アーカイブ
008-003	安乗埼灯台	490	パンフレット アーカイブ
008-004	ともやま公園	330	パンフレット アーカイブ
008-005	大王埼灯台	470	パンフレット アーカイブ
008-006	鵜倉園地	425	パンフレット アーカイブ
008-007	南海展望台	240	パンフレット アーカイブ
008-008	石神さん	225	パンフレット
008-009	海女小屋	180	パンフレット
008-010	しろんご祭	310	パンフレット
008-011	白浜	135	パンフレット
008-012	白髭神社	150	パンフレット
008-013	答志島の路地	130	パンフレット
008-014	寝屋子慣習	225	パンフレット
008-015	菅島灯台	315	パンフレット
008-016	たこつぼ	165	パンフレット
008-017	塩ワカメ	225	パンフレット
008-018	大山	105	パンフレット
008-019	紅ツゲ	110	パンフレット
008-020	菅島神社	165	パンフレット
008-021	カルスト地形	100	パンフレット
008-022	神島灯台	245	パンフレット
008-023	八代神社	200	パンフレット
008-024	サンバの渡り	135	パンフレット
008-025	アサギマダラ	160	パンフレット
008-026	二ワの浜	200	パンフレット
008-027	監的哨跡	210	パンフレット
008-028	神島	125	パンフレット
008-029	時計台跡	55	パンフレット

008-030	洗濯場	235	パンフレット
008-031	ゲーター祭り	160	パンフレット
008-032	『潮騒』	440	パンフレット
008-033	答志島	165	パンフレット
008-034	八幡祭	165	パンフレット
008-035	鳥羽の牡蠣	185	パンフレット
008-036	富士見展望台	55	パンフレット
008-037	八幡神社	185	パンフレット
008-038	九鬼嘉隆の墓	245	パンフレット
008-039	血洗い池	155	パンフレット
008-040	大間の浜	70	パンフレット
008-041	美多羅志神社	165	パンフレット
008-042	ヤマトタチバナ	230	パンフレット
008-043	菅島	170	パンフレット
008-044	サメのタレ	100	パンフレット
008-045	小築海島と大築海島	325	パンフレット

【タイトル】 二見浦

【想定媒体】 パンフレット、アーカイブ

<簡体字>

二见浦

二见浦的夫妇岩是日本著名景点。这两块岩石一大一小，由一根粗壮的稻草绳系在一起。过去，人们认为这两块岩石是分隔神界与人间的大门。如今，它们被视为夫妻的象征，成为了新婚夫妇纷纷造访的热门地点。正对夫妇岩的二见兴玉神社里出售保佑婚姻幸福的御守（护身符）。此外，神社内还有许多名叫“二见蛙”的青蛙像，每一只都蕴含着平安归家之意。

每年 5 月至 7 月，太阳会从两块岩石之间冉冉升起。若是夏至前后适逢天气晴好，还能看到太阳自远方的富士山背后跃然而出的景象，很多摄影者和参拜者都会在这时特意赶来。而 11 月至次年 2 月，则能看到美丽的满月出现在两块岩石正中。历史上，这里是人们前往日本最重要的神社“伊势神宫”参拜前沐浴洁净身体的地方。

日本皇室的度假别墅“宾日馆”就在附近。这处别墅建成于 1887 年，现为国家指定重要文化财产。其内部装饰巧妙地将传统日式风格与西洋元素融为一体，这一点在“大广间”（大宴会厅）体现得尤为淋漓尽致，厅内墙壁和地板为日式风格，天花板上悬挂的却是枝形吊灯，令人印象深刻。

宾日馆

开馆时间：9:00～16:30（截止入馆）

闭馆日：星期二（如遇节假日顺延）

门票：310 日元，小学、初中和高中生 150 日元

<繁体字>

二見浦

二見浦的夫婦岩是日本著名景點。兩塊岩石一大一小，由一根粗壯的稻草繩系在一起。過去，人們認為這兩塊岩石是分隔神界與人間的大門，現在它們被視為夫妻的象徵，吸引了眾多新婚夫婦造訪。正對夫婦岩有一座二見興玉神社，神社內出售保佑婚姻幸福的御守（護身符）。除此以外，神社內還有許多名叫「二見蛙」的青蛙像，每一隻都蘊含著

平安歸家的寓意。

太陽在每年 5 月至 7 月會從兩塊岩石之間冉冉升起。夏至前後，如若天氣晴朗，還能看到太陽自遠方富士山背後躍然而出的景象，很多攝影愛好者和參拜者都會在這時特意趕來。而 11 月至次年 2 月則能看到美麗的滿月出現在兩塊岩石正中。歷史上，這裡是人們前往日本最重要的神社「伊勢神宮」參拜前沐浴潔淨身體的地方。

1887 年建成的日本皇室度假別墅「賓日館」就在附近，現在是國家指定重要文化財產。別墅的內部裝飾巧妙地將傳統日式風格與西洋元素融為一體，這點在大廣間（大宴會廳）尤為明顯：日式風格的廳內牆壁和地板，天花板上卻懸掛了枝形吊燈，讓人印象深刻。

賓日館

開館時間：9:00～16:30（截止入館）

閉館日：星期二（如遇節假日順延）

門票：310 日圓，小學生、國中和高中生 150 日圓

<日本語仮訳>

二見浦

二見浦の夫婦岩は日本有数の景勝地です。大きな岩と小さな岩が太い藁の縄で結ばれています。かつてこの二つの岩は、神の世界と人間の世界を分ける門と考えられていました。現代では、二つの岩は夫婦のシンボルとされています。ここは新婚カップルに人気のスポットで、夫婦岩の向かいにある二見興玉神社では、夫婦円満の御守りが売られています。境内には、「無事に帰る」ことを象徴するカエルの像「二見蛙」が多数あります。

5 月から 7 月にかけて、2 つの岩の間から太陽が昇ります。特に夏至の前後の天気の良い日には、遠く富士山の背後から昇る日の出が見られ、多くのカメラマンや参拝者で賑わいます。満月も、11 月から 2 月にかけて、岩と岩のちょうど間から現れます。歴史的には、ここは日本で最も重要な神社である伊勢神宮にお参りする前に、身を清める場所として使われていました。

近くには、1887 年に完成した、かつての皇室の別荘である「賓日館」があり、国の重要文化財に指定されています。内部は、日本の伝統的な装飾と西洋風の装飾が見事に混ざり合っており、それが最もよく分かるのが大広間です。壁と床は和風ですが、天井からは目を見張るようなシャンデリアが吊り下げられています。

賓日館

開館時間：9:00～16:30（最終入館）

休館日：火曜日（祝日の場合は翌日休）

入館料：大人 310 円、小・中・高校生 150 円

【タイトル】 鳥羽展望台

【想定媒体】 パンフレット、アーカイブ

<簡体字>

鳥羽观景台

鳥羽观景台位于志摩和鸟羽之间绵延 23.8 公里的珍珠大道旁，是一处风景优美的观景点。在这里，可以将太平洋的海景和日本最重要神社伊势神宫的森林一并纳入眼帘。广阔的海面从渥美半岛一直延伸到大王崎，海景一览无余。观景台内还有一个纪念品商店和一家供应当地海鲜的餐厅。

这里夜晚群星灿烂，吸引着人们纷纷前来观看星空。而清晨的日出又是另一番美景，许多人甚至专程在元旦赶来，希望亲眼见证新年的第一轮朝阳。

<繁体字>

鳥羽觀景台

鳥羽觀景台位於志摩和鳥羽之間綿延 23.8 公里的珍珠大道的路旁，是一處風景優美的觀景點。在這裡，可以將太平洋的海景和日本最重要的神社「伊勢神宮」的森林同時盡收眼底。廣闊的海面從渥美半島一直延伸到大王崎，壯闊景色一覽無遺。觀景台內還有一個紀念品商店和一家供應當地海鮮的餐廳。

這裡夜晚群星燦爛，吸引不少人前來觀星。而清晨的日出又是另一番美景，逢元旦也會有許多人專程趕來，希望能親眼見證新年的第一縷陽光。

<日本語仮訳>

鳥羽展望台

志摩と鳥羽を結ぶ 23.8 キロのパールロード沿いにある絶景スポット、鳥羽展望台。ここからは、太平洋と、日本で最も重要な神社である伊勢神宮の森の両方を一望できます。海のパノラマは、渥美半島から大王崎まで広がっています。ここにはお土産ショップや、地元産のシーフードを出しているレストランもあります。

星が美しく見えることから、星空観賞に訪れる人々もいます。また、日の出を眺めるには絶好のスポットとなっており、水平線から昇る初日の出を見ようと元旦は特に賑わいを見せます。

【タイトル】 安乗埼灯台

【想定媒体】 パンフレット、アーカイブ

<簡体字>

安乗埼灯塔

1681 年，为了替德川幕府(1603-1867)沿着日本海岸线前往江户（今东京）的运米船指引航向，这里首次点亮了灯火。1873 年，英国工程师理查德·亨利·布伦顿(Richard Henry Brunton,1841-1901)设计的木构灯塔将其取代。这是日本第一座使用菲涅尔透镜的灯塔。菲涅尔透镜能够远距离投射光线，这对于航海导航来说非常重要。其中一枚透镜收藏于安乗埼灯塔资料馆，可供来访者近距离一探究竟。

现在这座混凝土灯塔的历史可以追溯至 1948 年。1998 年，作为日本可登顶灯塔中唯一的方塔，安乗埼灯塔跻身“日本灯塔 50 选”。登上塔顶放眼远眺，一边是宁静安恬的矢湾，一边是波涛汹涌的太平洋，景色对比鲜明，极具冲击力。在晴朗的冬日里，还能看到远处的富士山。

安乗地处江户和大阪两地的中间点，是多元文化交汇之地。日本木偶戏“文乐”就是其中一项文化产物，在安乗传承至今。每年 9 月中旬，安乗神社里都会上演这项传统艺能。

开放时间：3 月至 10 月工作日 9:00~16:00，周末 9:00~16:30；

11 月至 2 月 9:00~16:00

休息日：全年无休

门票：300 日元，小学生及以下免费

<繁体字>

安乗埼燈塔

為了給德川幕府（1603-1867）沿著日本海岸線前往江戶（今東京）的運米船指引航向，這裡於 1681 年首次點亮燈火。到了 1873 年，它被由英國工程師理查·亨利·布倫頓（Richard Henry Brunton, 1841-1901）設計的木製燈塔取代。它也是日本第一座使用菲涅爾透鏡的燈塔。菲涅爾透鏡能夠遠距離投射光線，這對於航海導航來說非常重要。其中一枚透鏡收藏在安乗埼燈塔資料館，遊客可以近距離一探究竟。

現在這座混凝土燈塔的歷史則可以追溯到 1948 年。在 1998 年，作為日本可登頂燈塔中唯一的方塔，安乘埼燈塔入選了「日本燈塔 50 選」。如果登上塔頂放眼遠眺，就能看到一幅極具衝擊力的畫面：一邊是寧靜安恬的矢灣，一邊是波濤洶湧的太平洋，兩者形成強烈對比。在冬日裡，如果天氣晴朗，還能看到遠處的富士山。

由於地處江戶和大阪兩地的中間點，安乘成為了多元文化交匯之地。日本木偶戲「文樂」就是其中一項文化產物，在安乘延續至今。每年 9 月中旬，一年一度的文樂演出都會在安乘神社上演。

開放時間：3 月至 10 月工作日 9:00～16:00，週末 9:00～16:30；

11 月至 2 月 9:00～16:00

休息日：全年無休

門票：300 日圓，小學生及以下免費

<日本語仮訳>

安乗埼灯台

1681 年、江戸（現在の東京）に米を運ぶ徳川幕府（1603-1867）の船が海岸沿いを航行する際の道しるべとして、この場所で初めてかがり火が灯されました。1873 年には木製の灯台がその役目を引き継ぎました。イギリス人技師リチャード・ヘンリー・ブラントン（1841-1901）が設計したこの灯台は、船の誘導に重要な、光を長距離に渡って投影するフレネル式レンズを使った日本で最初の灯台です。安乗埼灯台資料館では、このレンズのひとつを詳しく見ることができます。

現在のコンクリート製灯台は 1948 年に建てられたものです。1998 年、「のぼれる灯台」の中で唯一のその四角形の形状から、日本の灯台 50 選に選ばれました。灯台の頂上に登ると、一方では海が穏やかな的矢湾、もう一方では荒々しい太平洋という、迫力ある眺めが一望できます。冬のよく晴れた日には、ここから富士山が見えることもあります。

江戸と大阪の中間地点として、安乗は様々な文化が混ざり合う土地となりました。日本の人形芝居である文樂は、そういった文化的発展の一例です。文樂の伝統は安乗で受け継がれ、毎年 9 月中旬に安乗神社で演じられています。

営業時間：3 月～10 月（平日）9:00～16:00、（土日等）9:00～16:30

11 月～2 月 9:00～16:00

休業日：年中無休

入場料：大人 300 円、小学生以下無料

【タイトル】ともやま公園

【想定媒体】パンフレット、アーカイブ

<簡体字>

登茂山公園

登茂山公園位于志摩市，三面为英虞湾所环绕。与横山观景台、金比罗山观景台等其他观景点不同，登茂山公园内的桐垣观景台可以让来访者更近距离地看到英虞湾崎岖的海岸线和森林覆盖的无人小岛。特别推荐在春分或秋分前后造访此地，欣赏夕阳徐徐沉入湾口的日落景致。

桐垣观景台所在区域相对干燥，仅生长着一些小灌木，与英虞湾其他地方林木茂密、四季常绿的景象形成了鲜明对比，这也是伊势志摩地貌多样性的例证之一。

公园大力推行生态旅游，提供丰富的休闲娱乐项目。除骑行、海上皮划艇、徒步和自然观光游等多种项目外，也有适合家庭参与的活动，并设有儿童游乐区。此外，附近的次郎六郎海水浴场有洁白的沙滩。如果想在伊势志摩的璀璨星空下幕天席地而眠，公园还设有露营地，并提供露营装备租赁服务。

<繁体字>

登茂山公園

被英虞灣三面環繞的登茂山公園就位於志摩市內。和橫山觀景台、金比羅山觀景台等其他觀景點不同，登茂山公園內的桐垣觀景台可以讓遊客更近距離地看到英虞灣崎嶇的海岸線和森林覆蓋的無人小島。最推薦春分或秋分前後來這裡，可以靜靜地欣賞夕陽徐徐沉入灣口的日落景致。

桐垣觀景台所在區域相對乾燥，因此只生長著一些小灌木，與英虞灣其他地方林木扶疏、四季常青的景象形成了鮮明對比，這便是伊勢志摩地貌多樣性的例子之一。

公園積極推動生態旅遊，有各種休閒活動可以參加。除了騎行、海上獨木舟、健行和自然觀光遊等多種體驗內容外，也有適合家庭參與的活動，還特別闢出了兒童遊樂區。此外，附近的次郎六郎海水浴場有潔白的沙灘。如果想在伊勢志摩的璀璨星空下幕天席地而眠，公園內有露營地，也提供露營裝備租賃服務。

<日本語仮訳>

ともやま公園

志摩市のともやま公園は、三方を英虞湾に囲まれています。横山展望台や金比羅山展望台など他の展望台と比べ、ともやま公園の桐垣展望台からは、英虞湾の入り組んだ海岸線や、木々に覆われた無人の島々を間近に見ることができます。このスポットを訪れるなら、湾口に沈む夕日を眺められる春分の日や秋分の日あたりの夕方が特にお薦めです。

桐垣展望台は、小ぶりの低木のみが生い茂る比較的乾燥した場所にあり、英虞湾の島々に群生する常緑樹とは大いに対照的です。これは伊勢志摩の多様な景観の一例を示しています。

ともやま公園はエコツーリズムを推進しており、サイクリングやシーカヤック、ハイキング、ネイチャーツアーをはじめとする、数多くのレクリエーションプログラムが用意されています。家族向けのアクティビティや子供向けの遊び場もあります。近くには、白砂の次郎六郎海水浴場があります。伊勢志摩から見える満天の星空の下で眠りたい人に向けてキャンプ場があり、キャンプ用品のレンタルサービスも行っています。

【タイトル】 大王埼灯台

【想定媒体】 パンフレット、アーカイブ

<簡体字>

大王埼灯台

志摩半岛东南海岸的这片水域礁岩嶙峋、暗藏危机，在 1927 年大王埼灯塔建成以前，海上水手无不对它心怀畏惧。灯塔虽曾在 1978 年经历大规模改建，又于 2004 年加装了自动监测海浪的雷达，主体结构却不曾改变。它与安乘埼灯塔一样，是日本全国仅有的 16 座允许参观者登顶的灯塔之一。

大王埼灯塔是新年第一天看日出的热门地。它所在的大王町也以其曲折的街巷、崎岖的海岸线、白垩色的灯塔和壮观的美景被誉为“画家之町”，从明治时代(1868-1912)开始，便吸引了全国各地的无数艺术家前来。如今每逢暑假，依然能在这里看到许多艺术生和艺术家的身影。

大王町的海域风急浪高，为保护家园，修筑石垣抵御自然灾害的做法在当地由来已久。最古老的石垣并不使用水泥建造，而是精挑细选每一块石材，将它们严丝合缝地堆叠排列而成。大慈寺外围的石垣便是这类石垣的最佳范例，寺庙本身则以绣球花和樱花美景而著称。

开放时间：3 月至 10 月工作日 9:00~16:00，周末 9:00~16:30；

11 月至 2 月 9:00~16:00

休息日：全年无休

门票：300 日元，小学生及以下免费

<繁体字>

大王埼燈檯

在 1927 年大王埼燈塔建成以前，所有海上水手都對志摩半島這片礁岩嶙峋、暗藏危機的東南海岸心懷畏懼。燈塔雖然在 1978 年經歷大規模改建，2004 年又加裝了自動監測海浪的雷達，但主體建築結構卻不曾改變。和安乘埼燈塔一樣，大王埼燈塔也是日本全國僅有的 16 座允許參觀者登頂的燈塔之一。

這座燈塔是新年第一天看日出的熱門地。它所在的大王町也以其曲折的街巷、崎嶇的

海岸線、白堊色の燈塔和壯觀的美景成為了著名的「畫家之町」，從明治時代（1868-1912）開始，便吸引了許多來自全國各地的藝術家。直到今天，每逢暑假，依然能在這裡看到許多美術系學生和藝術家的身影。

大王町の海域風急浪高。當地為了保護城鎮，長期以來，都以修築石垣抵禦自然災害。最古老的石垣並非用水泥建造，而是在精挑細選每一塊石材後，將它們嚴絲合縫地堆疊排列而成。大慈寺週邊的石垣便是這類石垣的最佳範例，寺廟本身則以繡球花和櫻花美景而著稱。

開放時間：3月至10月 工作日 9:00～16:00，週末 9:00～16:30；

11月至2月 9:00～16:00

休息日：全年無休

門票：300 日圓，小學生及以下免費

<日本語仮訳>

大王崎灯台

大王崎灯台が建てられた 1927 年以前、志摩半島の東南の海岸にあるこの切り立った危険な岬は、船員たちに恐れられていました。1978 年に大規模改修され、2004 年には自動的に波を監視するレーダーが設置されましたが、灯台の構造は当初のままです。安乗崎灯台と共に、大王崎灯台は日本に 16 しかない見学者が頂上まで登ることができる灯台の 1 つです。

大王崎は初日の出を眺める場所として人気です。大王町は「絵かきの町」として知られています。曲がりくねった路地、入り組んだ海岸線、白亜の灯台、迫力のある海の景観などが、明治時代（1868-1912）から日本全国の芸術家を魅了してきました。現在は、夏休みになると、多くの美大生や芸術家を見かけます。

大王町は波風が非常に強い。この地域では、町を自然の脅威から守るために、石垣を築く歴史が長いです。最も古い壁はセメントを使わずに築かれています。石をひとつずつ選定して、隙間がないように並べられました。大慈寺の周囲にある石垣が良い例で、この寺はアジサイと桜でも有名です。

営業時間：3月～10月（平日）9:00～16:00、（土日等）9:00～16:30

11月～2月 9:00～16:00

休業日：年中無休

入場料：大人 300 円、小学生以下無料

【タイトル】 鵜倉園地

【想定媒体】 パンフレット、アーカイブ

<簡体字>

鵜倉園地

鵜倉園地位于南伊勢地区，内设 4 个观景台，可以欣赏到面向熊野滩的崎岖岩石海岸线的不同景致。

在“见江岛观景台”可以看到美丽的心形小海湾，正是它让鵜倉園地成为了爱侣争相造访的浪漫地。2015 年 5 月，此处心形海湾被认定为“恋人圣地”。此外，这里夜空明净，群星清晰可见，也吸引着天文爱好者的到来。

登上见江岛观景台，还能看到一片美丽的常绿阔叶林，这片树林现已被认定为特别保护区。更难得的是，在这里全年都有机会看到白腹毛脚燕(*Delichon Dasypus*)的身影。它们其实是候鸟，通常只在春、夏两季才会造访日本。

鵜倉園地的下一个观景点是“かさらぎ(kasaragi)观景台”，来访者可以在这里欣赏赞湾和海岸渔村风光，还能看到漂浮在远处海湾里的一个个长方形的网箱，那是海鲷养殖场。

在“あけぼの(Akebono) 观景台”能看到南伊勢的地标——两座红色桥梁。它们外观相似而长度不同，因此被当地人称为“亲子大桥”。

第四个观景点“橘观景台”上立着秋千，可供来访者坐赏绝美的星空和日出。

<繁体字>

鵜倉園地

鵜倉園地位於南伊勢地區，內設 4 處觀景台，站在台上可以欣賞到面向熊野灘的崎嶇岩石海岸線的不同景致。

鵜倉園地是很受情侶歡迎的浪漫旅遊地，因為站在「見江島觀景台」上，可以看到美麗的心形小海灣。2015 年 5 月，這處心形海灣被認為「戀人聖地」。此外，這裡夜空明淨，群星清晰可見，也吸引了許多天文迷前來。

登上見江島觀景台還能看到一片美麗的常綠闊葉林，這片樹林現已被認為特別保護區。難能可貴的是，在這裡全年都有機會看到遠東毛腳燕 (*Delichon dasypus*) 的身影。牠們是候鳥，通常只在春、夏兩季才會造訪日本。

鵜倉園地の下一個觀景點是「かさらぎ (kasaragi) 觀景台」，遊客可以在這裡欣賞鵜灣和海岸漁村風光，還能看到漂浮在遠處海灣裡的一個個長方形的網箱——那是海鯛養殖場。

在「あけぼの (akebono) 觀景台」能看到南伊勢的地標——兩座紅色橋樑。它們外觀相似、長度不同，當地人稱其為「親子大橋」。

第四個觀景點「橋觀景台」上立著鞦韆，遊客可以坐在上面，欣賞絕美的星空和日出。

<日本語仮訳>

鵜倉園地

南伊勢にある鵜倉園地には4つの展望台があり、熊野灘に面した変化に富む岩がちな海岸線の景観を一望できます。

「見江島展望台」から望む美しいハート型の入江のおかげで、鵜倉園地はロマンチックなスポットとしてカップルに人気です。2015年5月には、ハートの入り江が恋人の聖地に認定されました。夜には星がきれに見えるため、星空観賞をしたいと思う人々も惹きつけています。

見江島展望台からは、特別保護区に認定されている常緑広葉樹の美しい森を眺めることもできます。この展望台では一年中、イワツバメ(*Delichon Dasypus*)を見ることができます。渡り鳥であるイワツバメは、日本には通常春と夏にしか飛来しないので、珍しい光景です。

鵜倉園地のもう一つの絶景ポイントである「かさらぎ展望台」からは、鵜湾と漁村の風景を楽しむことができます。遠くには、湾に浮かぶ四角いタイの生け簀、タイの養殖場が見えます。

「あけぼの展望台」からは、2つの赤い橋も見えます。この橋は、長さは違うものの見た目が似ていることから地元では親子大橋として知られる、南伊勢のランドマークです。

4つ目の「たちばな展望台」には、日の出や星空が楽しめる絶景ブランコが設置されています。

【タイトル】 南海展望台

【想定媒体】 パンフレット、アーカイブ

<簡体字>

南海观景台

南海观景台位于海拔 150 米的高处，可一览错综复杂的五所湾全貌，以及日本境内罕见的海迹湖（原为海域的一部分，因泥沙淤积或地面隆起而与海域隔离形成的湖泊）“大池”。一道土堤横切五所湾，连通两岸——此景因与“日本三景”之一的“天桥立”颇有相似之处而备受热议。站在这处观景台极目远眺，海面格外辽阔，就连海天相接处的天际都仿佛弯成了一道弧线。

从停车场拾级而上，约 10 分钟即可抵达观景台，尽享眼前恬静安详的景致。这段路程沿途植物种类繁多，栀子花、樱花树等夹道相伴，非常适合徒步新手。

<繁体字>

南海觀景台

站在海拔 150 公尺的南海觀景台，可以將錯綜複雜的五所灣全貌，以及日本境內罕見的海跡湖（原為海域的一部分，因泥沙淤積或地面隆起而與海域隔離形成的湖泊）「大池」盡收眼底。一道土堤橫切五所灣，連通兩岸，這與「日本三景」之一的天橋立頗有相似之處，因此成為話題。站在這處觀景台眺望遠方，遼闊的海面向天際延展，就連海天相接處都仿佛彎成了一道弧線。

從停車場拾級而上，大概 10 分鐘後就可以到達觀景台，盡情享受寧靜安詳的景色。這段路程沿途植物種類繁多，梔子花、櫻花樹等夾道相伴，非常適合健行新手。

<日本語仮訳>

南海展望台

海拔 150 メートルに位置する南海展望台からは、入り組んだ五ヶ所湾や、日本国内でも珍しい海跡湖（海の一部、堆積作用や地盤の隆起のため陸内に封じ込められてできた湖）の大池を眺めることができます。湾を横切るように走る土手道が両岸を結んでおり、日本三景の天橋立にも見えると話題になっています。ここから望む海は非常に広大で、水平線が弧を描くように見えます。

展望台は、駐車場から階段を 10 分ほど登った場所にあり、ハイキング初心者にぴったりです。のどか

な景色を望むこの場所へ向かう道の周辺には、クチナシや桜など、様々な植物が咲きます。

【タイトル】 石神さん

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

石神大人

在三重县鸟羽市相差町の神明神社里，有一块大石头被人们亲切地称为“石神大人”（即“尊贵的岩石之神”）。相差町是鸟羽地区海女最多的社区。海女以徒手潜水捕捞海藻、贝类等海货为业，她们的工作可能随时遭遇危险，自古以来，本地海女都会在这块神圣的大石头前祈求平安、丰收。每年5月7日，本地会举办庆典祭拜石神大人。当天，村中男子要准备好丰盛的酒席，让海女享受她们应得的休息。近年来，这项庆典吸引了众多女性旅行者前来，因为当地传说石神大人会满足她们的一个愿望。

<繁体字>

石神大人

三重縣鳥羽市相差町の神明神社中，有一塊被人們親切地稱為「石神大人」的大石頭，即「尊貴的岩石之神」。這裡是鳥羽地區海女最多的社區。海女在沒有任何潛水裝備的情況下，潛水捕撈海藻、貝類等海貨，並以此為業。她們的工作可能隨時遭遇危險，自古以來，當地海女都會在這塊神聖的大石頭前祈求平安、豐收。每年5月7日，當地會舉辦祭典祭拜石神大人。這是海女應得的休息日，村中男子會準備好酒席犒勞她們。當地傳說石神大人會滿足女性一個願望，因此近年來，這項祭典也吸引了許多女性遊客。

<日本語仮訳>

石神さん

石神さん（文字通り、石の神様という意味）という愛称で呼ばれる大きな岩は、三重県鳥羽市相差町の神明神社にあります。この町には鳥羽地方で最も多くの海女さんがいます。海女は潜水によって海中の魚貝類、海藻類を採集するため、その仕事は危険に満ちているので、地元の海女さんたちは昔から石神さんに安全と豊漁を祈願していました。この神様のために、毎年5月7日に祭りが開催されます。この日、海女さんたちは休みをとり、村の男性たちが海女さんたちのために宴会を開きます。石神さんには、「女性の願いならひとつは叶えてくれる」という地元の言い伝えがあり、近年は、この言い伝えに惹かれて多くの女性客が訪れる人気の行事となっています。

【タイトル】 海女小屋

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

海女小屋

海女是以徒手潜水捕捞贝类、海藻等海货为业的渔女，在一整天的下海作业间隙，这些小屋能够让她们休息片刻，温暖冻僵的身体。海女小屋搭建方便，用材简单，每到捕鱼季节，便会出现在海岸和码头边。小屋可能无人看管、门户敞开，但依然是私人空间，需先征得许可才能进入或触碰。淡季时，有的小屋会提供体验项目，让来访者与海女近距离互动，品尝她们的新鲜渔获，聆听她们的故事。

<繁体字>

海女小屋

海女是在沒有任何潛水裝備的情況下，潛水捕撈貝類、海藻等海貨並以此為業的漁女，海女小屋能夠讓她們在一整天的下海作業間隙休息片刻，暖暖凍僵的身體。每到捕魚季節，這些小屋便會出現在海岸和碼頭邊，它們用材簡單，搭建也很方便。小屋的門戶可能敞開，無人看管，但依然是私人空間，需先徵得許可才能進入或觸碰。淡季時，有的小屋會推出體驗活動，遊客可以近距離與海女互動，品嚐她們打撈的新鮮漁獲，聆聽她們的故事。

<日本語仮訳>

海女小屋

潜水によって海中の魚貝類、海藻類の採集を仕事とする海女さんたちは、これらの海女小屋で、海での仕事の合間に休憩をとったり、冷えた体を温めたりします。漁の季節が近づくと海辺や波止場に建てられる海女小屋は、簡単な材料を用いて容易に建設できるように設計されています。無人のまま空けられていることもありますが、海女小屋は個人が使用する空間ですので、触れたり入ったりする前に必ず許可をとりましょう。オフシーズンになると、観光客に向けて、海女さんたちと交流したり、話を聞きながら獲れたての魚介類を試食したりできる機会を提供している場所もあります。

【タイトル】 しろんご祭

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

しろんご祭(Shirongo Matsuri)

海女の节日庆典“しろんご祭”于每年夏天举办，活动亮点是海女竞赛，这些以徒手潜水捕捞海藻、贝类等海货为业的渔女要比拼谁能第一个找到成对的鲍鱼。优胜者的鲍鱼会被送到附近的神社供奉。尽管人们称这对鲍鱼为一公一母，但实则是两种外形略有差异的不同品种。海女服装上装饰着传统的纹饰，星形图案名叫“セーマン(seiman)”，格子图案名叫“ドーマン(doman)”，有的用线绣成，也有的用贝壳制成的紫色墨水绘制而成，它们能保护穿戴者不受邪魔和变幻莫测的大海伤害。庆典在7月举行，具体日期每年不同。庆典期间，来访者可以亲眼看到海女们为仪式做准备的情景，还能与她们交流互动，机会十分难得。

<繁体字>

しろんご祭 (Shirongo Matsuri)

海女的祭典「しろんご祭」每年於夏天舉辦，活動亮點是「海女競賽」。海女是在沒有任何潛水裝備的情況下，潛水捕撈海藻、貝類等海貨並以此為業的漁女，她們將比拼誰能先找到成對的鮑魚。優勝者的鮑魚會被送到附近的神社供奉。人們稱這對鮑魚為一雌一雄，但事實上，牠們是兩種外形略有差異的不同品種。海女服裝以傳統紋飾裝飾，星形圖案叫「セーマン (seiman)」，格子圖案叫「ドーマン (doman)」，有的用線繡成，有的用貝殼製成的紫色墨水繪製而成，它們能保護穿戴者不受邪魔和變幻莫測的大海傷害。祭典的具體日期每年不同，但都在7月舉行。在祭典期間，遊客可以親眼觀看海女們為儀式做準備，還能與她們交流互動，機會十分難得。

<日本語仮訳>

しろんご祭

しろんご祭は、毎年夏に行われる恒例の海女さんの行事です。お祭りの見どころは、潜水によって海中の魚貝類、海藻類の採集を仕事とする海女さんたちによる、近くの神社に奉納するつがいのアワビの初採りを競う漁。アワビのつがいは「雄」と「雌」と呼ばれますが、これらは実際にはわずかに形が異なる2

種のアワビを指しています。海女さんたちの磯着を飾る星状と格子状の印は、それぞれ「セーマン」、「ドーマン」と呼ばれます。糸で刺繍されたり貝から作られた紫色のインクで描かれたりするこれらの伝統的な印は、身につけた人を悪霊や気まぐれな海から身を護る魔除けです。祭りは毎年 7 月に開催され、開催日はその年によって異なります。祭りは、行事の準備をする海女さんたちを見物したり、海女さんたちと交流したりできる貴重な機会です。

【タイトル】 白浜

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

白浜

这片风光如画的海滩就是しろんご祭(Shirongo Matsuri)的举办地。海滩的名字源自一条传说中的白色巨蛇，相传它在相距不远的大筑海岛被杀，尸体随波漂流，被冲上了这片海滩。白浜海水浴场全年开放，但除了祭日当天，这片海域全年禁渔。需切记，绝不可在此捕捉任何海洋生物。

<繁体字>

白濱

眼前風光如畫的海灘就是しろんご祭（Shirongo Matsuri）的舉辦地。海灘的名字源自一條傳說中的白色巨蛇，相傳牠在相距不遠的大築海島被殺死，屍體隨波漂流，最終被沖上了這片海灘。白濱浴場全年對外開放，但除了祭日當天，這片海域全年禁漁。需要切記，不可在此捕捉任何海洋生物。

<日本語仮訳>

白浜

この風光明媚な浜が、しろんご祭の会場です。この浜は、近隣の大築海島で殺された後この浜に打ち上げられた、伝説の白い大蛇にちなんで名付けられました。お祭りの当日を除いて、漁は完全に禁止されていますが、浜で泳ぐことはいつでもできます。ただし、海の生物を採取することは固く禁じられています。

【タイトル】 白髭神社

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

白髭神社

白髭神社位于白浜海岸的悬崖上，供奉菅岛的守护神——白髭明神。神社守望这座岛屿已有大约 500 年之久，每年しろんご祭(Shirongo Matsuri)上，第一对捕获的鲍鱼就是被送到这里供奉。依照岛上风俗，来访者须脱鞋后才能穿过鸟居（神社入口的牌坊式建筑），踏入神社内圆形鹅卵石铺地的参拜区域。

<繁体字>

白髭神社

位於白濱海岸懸崖上的白髭神社，供奉著菅島的守護神——白髭明神。神社守望這座島嶼已有大約 500 年之久，每年しろんご祭（Shirongo Matsuri）上，第一對捕獲的鮑魚會被送到這裡供奉。依照島上風俗，遊客在穿過鳥居（神社入口的牌坊式建築）、踏入神社內圓形鵝卵石鋪地的參拜區域之前需要脫鞋。

<日本語仮訳>

白髭神社

白浜の崖のすぐ上にあるこの神社は、「白髭明神」と呼ばれる菅島の守護神を祀っています。この神社は約 500 年にわたって島を守護してきました。白髭神社には、毎年しろんご祭で最初に獲れたアワビのつがいが捧げられます。島の習わしに従って、鳥居をくぐり、境内の丸い石が敷かれている部分に足を踏み入れる際は、靴を脱ぎましょう。

【タイトル】 答志島の路地

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

答志島の街巷

因答志島可用土地十分有限，島上村舍排布密集，建筑布局形式独特。岛上民居通常为2层或3层结构，街道极其狭窄，只能使用手推车来回运送物资。小巷“迷宫”寻常可见，巷子尽头的死胡同都集中在村中心，村民称之为“螺之底”，因为这种布局与海螺壳底部的涡纹非常相似。

<繁体字>

答志島の街巷

因為答志島可用土地有限，島上聚落屋舍排布密集，建築布局形式獨特。民居通常為2層或3層結構，道路十分狹窄，只能靠手推車裝載物資出入。小巷「迷宮」尋常可見，巷子盡頭的死胡同都收束在聚落中心。因為這種布局和海螺殼底部的渦紋非常相似，居民稱其為「螺之底」。

<日本語仮訳>

答志島の路地

利用可能な土地が限られているため、島では住居を隣の家屋と非常に近く建てる文化が発達しました。住宅は通常2階建てか3階建てで、路地は非常に狭く、物資を出し入れするには手押し車を使うしかありません。島では、小さな路地が迷路のように入り組んでいるのが当たり前の光景です。地元の人々は、集落の中心にある行き止まりのことを、渦巻き状になっているサザエの底という意味で「さんでの底」と呼んでいます。

【タイトル】 寝屋子慣習

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

寝屋子风俗

“寝屋子”是答志岛特有的一项风俗：男孩在初中毕业后都会被送到别的家庭寄宿，除了一日三餐回自己家吃以外，其他时间大都与寄宿家庭一同起居、生活，闲暇时跟随被称为“寝屋亲”的寄宿家庭大家长（通常都是渔民）学习技能。

依照传统，岛上的男孩要这样度过整个少年和青年时期，直至结婚或年满 27 周岁。这项风俗有助于传承本地文化和捕鱼技能，建立强有力的社群纽带。男孩与寝屋亲之间的关系仅次于亲生父母，岛上居民常常终其一生都会向寝屋亲导师寻求建议和帮助。

<繁体字>

寝屋子風俗

答志島上有一項奇特的風俗，叫「寢屋子」：男孩在國中畢業後會被送到別的家庭寄宿，除了一日三餐回自己家吃以外，其他時間大都與寄宿家庭一同起居、生活，閒暇時便跟隨被稱為「寢屋親」的寄宿家庭大家長（通常都是漁民）學習技能。

遵循傳統，島上的男孩要這樣度過整個少年和青年時期，直到結婚或年滿 27 周歲。這項風俗有助於傳承當地文化和捕魚技能，並建立起強有力的社群紐帶。島上居民常常終其一生都會向寢屋親導師尋求建議和幫助，這些男孩與寢屋親之間的關係，僅次於親生父母。

<日本語仮訳>

寝屋子慣習

寝屋子は、中学校を卒業した後の少年たちを他の家に寝泊まりさせる答志島特有の慣習です。食事は実の家族と一緒に摂るものの、寝泊りも含めたほかの時間は受け入れ先の家で過ごします。多くの場合、少年たちは漁師である受け入れ先の家長「寝屋親」から学びながら余暇を過ごします。

伝統的に、島の少年たちは結婚するか年齢が 27 歳に達するまで、思春期と青年期を通して寝屋子制度の下で生活します。この慣習は地元の文化と漁の技術を守り伝え、コミュニティ内に強い絆を育むのに役立ちます。寝屋子と寝屋親の関係は、実の両親の関係に次いで重要なもので、島民は生涯を通じてメンターである寝屋親から頻繁に助言や支援を受けます。

【タイトル】 菅島灯台

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

菅島灯塔

太平洋与伊势湾的海水交汇于此，周遭的浅滩与洋流令昔日的水手闻风丧胆，此处海岬也因此被他们戏称为“鬼之崎”（魔鬼海岬）。1873年7月1日，菅岛灯塔首次点亮。它由英国工程师理查·亨利·布朗顿(Richard Henry Brunton, 1841-1901)设计建造，是日本最早的现代灯塔之一，也是日本现役最古老的圆形砖砌灯塔，其引人注目的塔身仿照了欧洲城堡的圆形塔楼风格。西乡隆盛(1828-1877)参与了灯塔点灯仪式，2003年的好莱坞电影《最后的武士》部分参照了他的生平。菅岛灯塔仅在每年7月的しろんご祭(Shirongo Matsuri)当天对公众开放参观，它已被指定为国家重要文化财产，并跻身“日本灯塔50选”。

<繁体字>

菅島燈塔

由於太平洋與伊勢灣的海水在此交匯，這裡的淺灘與洋流令昔日的水手們聞風喪膽，海岬也因此被他們戲稱為「鬼之崎」（魔鬼海岬）。1873年7月1日，菅島燈塔首次點亮，它是日本最早的現代燈塔之一，由英國工程師理查·亨利·布朗頓（Richard Henry Brunton, 1841-1901）設計建造。菅島燈塔也是日本現役最古老的圓形磚結構燈塔，塔身仿照了歐洲城堡的圓形塔樓風格，相當引人注目。這座燈塔已被指定為國家重要文化財產，還入選了「日本燈塔50選」。西鄉隆盛（1828-1877）參與了燈塔點燈儀式，2003年的好萊塢電影《最後的武士》就是大致地參照了他的生平。菅島燈塔只會在每年7月的しろんご祭（Shirongo Matsuri）當天對大眾開放。

<日本語仮訳>

菅島灯台

太平洋が伊勢湾の水域と合流する、この場所の浅瀬と海流を非常に恐れていた昔の船乗りたちは、この岬を「鬼ヶ崎」と呼んでいました。英国人技師、リチャード・ヘンリー・ブラントン（1841-1901）によって設計・建設されたこの灯台は、1873年7月1日に初めて点灯され、日本で最初の

近代的な灯台のひとつとなりました。その印象的なレンガ造りの建物は、ヨーロッパの城にみられる円塔の様式を模しており、現役では日本最古の円形レンガ造り灯台です。「日本の灯台 50 選」に選ばれており、国の重要文化財にも指定されています。2003 年のハリウッド映画『ラストサムライ』のモデルの一部となった西郷隆盛（1828-1877）が点灯式に出席しました。普段は灯台には入れませんが、毎年 7 月のしろんご祭の日に一般公開されています。

【タイトル】 たこつぼ

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

章鱼壶

章鱼是鸟羽地区的主要食材之一。捕捉这种头足类动物，传统上会用到一种被称为“蛸壶”（章鱼壶）的罐子。章鱼壶造型独特，过去大多是陶罐，现在更常见的则是用水泥配重的塑料壶。在夏、秋章鱼捕捞淡季里，岛上随处都能看到它们。章鱼可以煮熟后切薄片做成刺身，但晒干和蒸制后会更加美味，切碎后与米饭一同烹制的章鱼饭也是岛上的人气美食。

<繁体字>

章魚壺

章魚是鳥羽地區的主要食材之一。傳統上，若要捕捉這種頭足類動物，會用到一種被稱為「蛸壺」（章魚壺）的罐子。章魚壺造型獨特，過去大多是陶罐，現在更常見的則是塑膠壺，灌入水泥配重。在夏、秋章魚捕撈淡季裡，島上常常能看到它們被隨處堆放著。雖然章魚可以煮熟後切薄片做成刺身，但曬乾或蒸煮後的風味更是出色，切碎後與米飯一同烹煮的章魚飯也是島上的人氣美食。

<日本語仮訳>

たこつぼ

タコは鳥羽地方の主要な食料源のひとつです。頭足類であるタコを捕まえる伝統的な方法では、「たこつぼ」と呼ばれる特別な壺を使用します。独特の形状のたこつぼは、かつて陶器で作られていましたが、現在では重りとしてセメント入りのプラスチック製のたこつぼが一般的です。たこつぼが山積みになっている光景は、タコ釣りのオフシーズンとなる夏から秋にかけて、島ではおなじみの光景です。タコは茹でて薄造りにすることで刺身として食べられますが、干したり蒸したりしてもさらに美味しくいただけます。また、タコを刻んで米と一緒に炊き込んだ「たこめし」は、島の人気料理です。

【タイトル】 塩ワカメ

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

盐水裙带菜

毎年2～5月間，“和具村落”沿海一帯的居民都會用傳統方式製作一種美食——鹽水裙帶菜。精心養殖的裙帶菜被採集來後，放入大鍋裡煮熟，最後用海鹽調味即可食用。這種食物廣受歡迎，僅在這段時間內，島上就能產出大約200噸之多，就連空氣中都瀰漫著煨煮裙帶菜的香氣。通常認為，在這片平靜海域中養殖出的裙帶菜比其他地方天然生長的更加軟嫩，特別是用鹽水煮後，不僅肉質肥厚，還能最大限度地保留它們天然的口感和風味，十分適合做成刺身、沙拉、醋漬涼菜等菜餚。

<繁体字>

鹽水海帶芽

在每年2至5月間，「和具聚落」沿海一帯的居民都會用傳統方式製作一種美食——鹽水海帶芽。精心養殖的海帶芽被採摘下來，放入大鍋裡煮熟，最後用海鹽調味。這種食物非常受歡迎，光這段時間內，島上就能產出約200公噸，空氣中都瀰漫著煨煮海帶芽的香氣。很多人認為，在這片平靜海域中養殖出的海帶芽比其他地方天然生長的更加軟嫩，特別是用鹽水烹煮後的海帶芽肉質肥厚，能最大限度地保留它們天然的口感和風味，十分適合做成刺身、沙拉、醋漬小菜等菜餚。

<日本語仮訳>

塩ワカメ

塩ワカメは、和具集落の海岸線沿いで、2月から5月にかけて作られる島の珍味です。丹精込めて養殖したワカメを収穫して、大きな釜で茹でて塩で味付けします。この時期、答志島ではこの人気食材を約200トン生産し、あたり一面に海藻が煮える匂いが広がります。答志島の穏やかな近海で養殖されたワカメは、ほかの地域で育つ天然のワカメより柔らかいと考えられています。とりわけ、塩水でボイル加工したものは肉厚で、自然体に近い食感と味を保つよう仕上げられており、刺身・サラダ・酢の物などに向いています。

【タイトル】 大山

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

大山

“大山”是鸟羽地区周边离岛中最高的一座山峰，海拔 237 米。它距离菅岛渔港大约 1.5 小时步程，位于一条环绕岛屿部分区域的徒步长线的中间点上。山顶视野开阔，可俯瞰鸟羽港和周边诸岛，远眺志摩半岛的青峰山和朝熊岳。

<繁体字>

大山

「大山」是鳥羽地區周邊離島中的最高山峰，海拔 237 公尺。它距離菅島漁港大約 1.5 小時的步程，位於一條環繞島嶼部分區域的健行長線的中間點上。山頂視野開闊，除了能俯瞰鳥羽港和周邊諸島，還可以遠眺志摩半島的青峰山和朝熊岳。

<日本語仮訳>

大山

標高 237 メートルの「大山」は、鳥羽周辺の島々で最も高い山です。山は菅島漁港から徒歩でおよそ 1 時間半の、島の一部を巡る長いハイキングコースの中間地点にあります。山頂からは、鳥羽港、近隣の島々、志摩半島の青峰山と朝熊ヶ岳のすばらしい眺めが楽しめます。

【タイトル】 紅ツゲ

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

红黄杨

“大山”（237 米）是日本黄杨(*Buxus microphylla var. japonica*)的群集地。这种植物的叶片在晚秋至冬季呈现明艳的鲜红色，仿佛一张厚厚的红地毯覆盖山林，与远处湛蓝的大海形成鲜明对比，相互辉映。

<繁体字>

紅黃楊

「大山」（237 公尺）是日本黃楊（*Buxus microphylla var. japonica*）的群集地。這種植物的葉片在晚秋至冬季呈現明艷的鮮紅色，就像一張覆蓋山林的紅色厚地毯，與遠處蔚藍的大海形成鮮明對比、交相輝映。

<日本語仮訳>

紅ツゲ

大山（標高 237m）には、紅ツゲ(*Buxus microphylla var. japonica*)の群生地があります。この植物の葉は、晩秋から冬にかけて明るい紅色に染まり、厚い赤色のじゅうたんが、その向こうに広がる青い海と美しいコントラストを成します。

【タイトル】 菅島神社

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

菅島神社

菅島神社距离菅島港很近，步行即可轻松抵达。神社入口旁鲍鱼壳堆积如山，从中可一窥しろんご祭(Shirongo Matsuri)悠久的供奉历史。神社内的景点还包括“龟石”和“丝绵之神”，前者是一块海龟形状的大圆石，后者是一块外裹丝绵布的神石。家有新生儿的父母会来到丝绵之神面前，敬奉丝绵并包裹在神石上，以此祈祷孩子身体健康。

<繁体字>

菅島神社

菅島神社距離菅島港很近，步行就能輕鬆抵達。神社入口旁鮑魚殼堆積如山，由此可見しろんご祭（Shirongo Matsuri）多年來的供奉歷史。神社內的景點還包括一塊海龜形狀的大圓石「龜石」，以及一塊外裹絲綿布的神石「絲綿之神」。如果家中有新生兒，父母常會來到絲綿之神面前，敬奉絲綿並包裹在神石上，以此祈禱孩子身體康健。

<日本語仮訳>

菅島神社

この神社は、菅島港から歩いてすぐのところにあります。入口近くに積み上げられたアワビの貝殻は、しろんご祭で長年にわたって供物が捧げられてきたことを窺わせます。境内には、ウミガメの形をした大きな「亀石」や、「真綿の神さん」と呼ばれる、綿に包まれて姿が見えない神聖な石があります。「真綿の神さん」は、生まれたばかりの赤ちゃんの両親が、真綿でこの石を包むことで、我が子の健やかな成長を祈願します。

【タイトル】 カルスト地形

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

喀斯特地貌

这段海岸线的地形比较独特，属于石灰岩喀斯特地貌。沿岸如犬牙般交错的尖峰都是在地下水和雨水的长年雕琢下逐渐形成的。裸露的白色岩石与远处深蓝的海面形成强烈对比，吸引了无数徒步者与摄影师前来。

<繁体字>

喀斯特地貌

這段海岸線為獨特的石灰岩喀斯特地貌，在地下水和雨水經年累月的雕琢下，形成了如今這些犬牙交錯的尖峰。裸露的白色岩石與遠處深藍的海面形成強烈對比，吸引了無數健行愛好者與攝影師前來。

<日本語仮訳>

カルスト地形

海岸線のこの部分に見られる一風変わった地形は、地下水や雨水によって溶蝕されてできた、三角錘状に削られたカルスト石灰岩の堆積物で形成されています。露出した岩肌の白と、その先に広がる海の深い青とが強いコントラストを描き出すこの場所は、ハイカーや写真家に人気のスポットです。

【タイトル】 神島灯台

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

神島灯塔

这座灯塔外贴白色瓷砖，遥望着凶险的鸟羽—伊良湖水道，为在汹涌洋流和隐蔽浅滩间航行的船员提供指引。从大型油轮到渔船、观光船，每天都有成百上千的船只在这片水域穿行。神岛灯塔位列“日本灯塔 50 选”，是这座岛上首屈一指的观景点，也是长久以来本地年轻人心目中的“恋人圣地”，岛上还为此特别树立了主题招牌。在三岛由纪夫(1925-1970)的著名小说《潮骚》中，它是故事里重要场景的舞台。但凡亲临其境，想必都会赞同三岛由纪夫的感慨：这片水天一色的辽阔风光，不愧是岛上数一数二的绝色佳景。

<繁体字>

神島燈塔

這座外貼白色瓷磚的燈塔遙望著兇險的鳥羽—伊良湖水道，為在洶湧洋流和隱蔽淺灘間航行的船員提供指引。從大型油輪到漁船、觀光船，每天都有成百上千的船隻在這片水域穿行。神島燈塔是這座島上首屈一指的觀景點，入選了「日本燈塔 50 選」，更是長久以來當地年輕人心目中的「戀人聖地」，島上還特別樹立了主題招牌。它也是三島由紀夫（1925-1970）著名小說《潮騷》中重要場景的舞台。水天一色的遼闊海景，無愧被譽為島上數一數二的絕色——但凡親臨此地，都不免與三島由紀夫心生共鳴。

<日本語仮訳>

神島灯台

鳥羽と伊良湖を結ぶ海の難所といわれている水路を見下ろすこの白いタイル張りの灯台は、激しい海流と隠れた浅瀬を航行する船員の道標の役目を担ってきました。大型タンカーから漁船、遊覧船に至るまで、毎日 1,000 隻を超える船がこの海上を行き来しています。日本の灯台 50 選にも選ばれた神島灯台は、島内で随一のビュースポットで、また特別にプレートが設置されたほど、地元の若者の間で「恋人の聖地」として昔から知られており、三島由紀夫（1925-1970）のヒット小説『潮騷』の重要な場面の舞台にもなりました。ここを訪れる人は、この広大な景色を島で有数の美しさだと評した三島にきっと賛同することでしょう。

【タイトル】 八代神社

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

八代神社

小説家三島由紀夫(1925-1970)称这里是神岛上最美的景点之一。神社脚下鲜艳的传统瓦葺屋顶与远处深蓝色的海面相映成趣。放眼远眺，辽阔海景与周边诸岛尽收眼底，其中还包括本地人心目中的圣地——大筑海岛和小筑海岛。

八代神社供奉海神“绵津见命”，每年定期举办宗教庆典。本地居民自古就有来这里祈求出海平安的传统。神社还拥有多个国家重要文化财产，包括宝物铜镜等一些已被登录为国家物质文化财产的珍藏。

<繁体字>

八代神社

依照小說家三島由紀夫（1925-1970）的說法，這裡是神島上最美的景點之一。神社腳下的鮮豔傳統瓦葺屋頂與遠處深藍色的海面交相輝映。放眼遠眺，遼闊海景與周邊諸島盡收眼底，其中還包括當地人心目中的聖地——大築海島和小築海島。

八代神社供奉海神「綿津見命」，每年定期舉辦宗教祭典。自古以來，當地居民就有來這裡祈求出海平安的傳統。神社還擁有不少國家重要文化財產，包括寶物銅鏡等一些已被登錄為國家有形文化財產的珍藏。

<日本語仮訳>

八代神社

小説家の三島由紀夫（1925-1970）は、この場所は神島で最も美しい場所のうちのひとつであると述べました。神社から見下ろせば、家々の伝統的な瓦葺きの色鮮やかな屋根が、その先に広がる海の深い青との見事なコントラストを描いています。ここから遠くを望めば、海と周辺の島々、特に地元で神聖な場所とされている大築海島と小築海島が一望できます。

八代神社は綿津見命と呼ばれる海の神を祀っており、毎年恒例のお祭りが開催されています。地元の人々が昔から海での安全を祈願するためここを参拝しています。また、ここには国の重要文化財も多く残されており、宝物の銅鏡などが国の有形文化財に登録されています。

【タイトル】 サシバの渡り

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

灰脸鵟鷹的迁徙

灰脸鵟鷹 (*Butastur indicus*; 鵟, 音同“狂”) 又名灰面鵟, 因有别于棕褐色躯干的头部羽毛颜色而得名。这种中型猎食性鸟类原产于亚洲, 是目前已知唯一会跨洋迁徙的猛禽, 翼展可达约 100 厘米。每年 9 月下旬至 10 月上旬, 群鵟翔集, 飞抵神岛, 景象蔚为壮观。

<繁体字>

灰面鵟鷹的遷徙

灰面鵟鷹 (*Butastur indicus*; 鵟, 音同「狂») 又名灰面鵟, 因為有別於棕褐色軀幹的頭部羽毛顏色而得名。這種中型獵食性鳥類是目前已知唯一會跨洋遷徙的猛禽, 原產於亞洲, 翼展可達約 100 公分。每年 9 月下旬至 10 月上旬, 群鵟翔集飛抵神島, 景象非常壯觀。

<日本語仮訳>

サシバの渡り

サシバ(*Butastur indicus*)は、灰色の頭に由来して名付けられました。胴体部分の羽毛は対照的に茶色です。この中型の猛禽類の鳥はアジアに固有で、知られている限りでは、猛禽の中では唯一海を渡る種です。翼開長がおよそ 100cm にもなるサシバが、毎年 9 月下旬から 10 月上旬にかけて神島に渡来するときの姿は壮観です。

【タイトル】 アサギマダラ

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

大絹斑蝶

大絹斑蝶(*Parantica sita nipponica*)の翅面呈淡蓝色，外缘为黑色条状斑。毎年 9 月下旬至 10 月上旬，当它们从寒凉地区南下产卵途经神岛时，便常常出现在人们的视野中。这些蝴蝶借助季风往来于夏季和冬季的栖息地之间，迁徙距离可达上千公里。神岛居民除草时习惯留下薊草，因为这是大絹斑蝶最爱吸食花蜜的植物之一。

<繁体字>

青斑蝶

青斑蝶 (*Parantica sita nipponica*) 有著黑紋鑲邊的淡藍色翅面，每年 9 月下旬至 10 月上旬，當牠們從寒涼地區南下產卵途經神島時，便常常出現在人們的視野中。這些蝴蝶借助季風往來於夏季和冬季棲息地之間，遷徙距離可達上千公里。因為薊草是青斑蝶最愛吸食花蜜的植物之一，所以神島居民除草時習慣留下。

<日本語仮訳>

アサギマダラ

黒で縁取られた薄い青色の羽を持つアサギマダラ(*Parantica sita nipponica*)は、涼しい地域から産卵のために南に渡る途中、9 月下旬から 10 月上旬にかけて神島でよく見られます。アサギマダラは季節風に乗って、夏と冬の生息地の間を最大で 1,000 キロメートルもの距離にわたって移動します。島民は草刈りの際に、この蝶が好んで蜜を吸う植物のひとつ、アザミを残しておくことが習慣となっています。

【タイトル】 ニワの浜

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

ニワ之浜(Niwa-no-hama)

这片宁静的海滩就位于高耸的喀斯特地貌下方，是海女（以徒手潜水捕捞贝类、海藻等海货为业的渔女）捕捞鲍鱼和其他海产品的著名地点。为保障后世水产资源的可持续性，海滩仅在 5 月下旬至 8 月上旬之间择期开放潜水，为期 20 天。此外，这里还以集群而生的日本文殊兰(*Crinum asiaticum var. japonicum*)的花景著称。每到夏季，这些美丽的花朵便竞相绽放，争奇斗艳。

<繁体字>

ニワ之浜 (Niwa-no-hama)

這片寧靜的海灘是海女（在沒有任何潛水裝備的情況下，潛水捕撈貝類、海藻等海貨並以此為業的漁女）捕撈鮑魚和其他海產品的著名地點，位於高聳的喀斯特地貌下方。為了保障水產資源的永續性，海灘只在 5 月下旬至 8 月上旬之間擇期開放潛水，為期 20 天。此外，每到夏季，這裡還以群集而生的日本文殊蘭（*Crinum asiaticum var. japonicum*）的花景著稱，滿眼繁花、美麗迷人。

<日本語仮訳>

ニワの浜

そびえ立つカルスト地形の下に広がるこの静かな浜は、潜水によって海中の魚貝類、海藻類の採集を仕事とする海女さんたちがアワビなどの魚介類を収穫する場所としてよく知られています。将来の世代のために水産資源の持続可能性を担保するため、ここでの潜水は 5 月下旬から 8 月上旬までの期間のわずか 20 日間に制限されています。また、この地域は、夏に美しい花を咲かせるハマユウ(*Crinum asiaticum var. japonicum*)が群生することでも知られています。

【タイトル】 監的哨跡

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

監察哨旧址

日本帝国陆军于 1929 年在此修建监察哨（用于目测确认从伊良湖发射的大炮试射弹的设施），二战(1939-1945)后哨所被废弃。此后多年间，村民将这里当作库房，存放从山上捡回的柴草。此处哨所也曾出现在三岛由纪夫(1925-1970)的小说《潮骚》的高潮场景中，尽管废弃已久，坚固的钢筋混凝土建筑依然是小说里描绘的模样。如今，哨所已成为观景台，在晴朗的日子里，从这里可以看到神岛灯塔所在的伊良湖岬和地势嶙峋的弁天岬。

<繁体字>

監察哨舊址

1929 年，日本帝國陸軍在這裡修建監察哨（用於目測確認從伊良湖發射的大炮試射彈的設施），二戰（1939-1945）後哨所被廢棄。之後的許多年，這裡一直被居民當作庫房，存放從山上撿回的柴草。這處哨所也曾出現在三島由紀夫（1925-1970）小說《潮騷》的高潮場景中，儘管廢棄已久，堅固的鋼筋水泥建築依然是小說裡所描繪的模樣。如今，哨所已是一處觀景台，如果天氣晴朗，從這裡可以看到神島燈塔所在的伊良湖岬和地勢嶙峋的弁天岬。

<日本語仮訳>

監的哨跡

帝国陸軍は、1929 年にこの場所を監的哨（伊良湖から撃つ大砲の試着弾を目視して確認するための施設）として建設しましたが、施設は第二次世界大戦（1939-1945）後に廃止されました。その後何年もの間、村人はこの屋根付きのスペースを山から集めた薪を保管するのに使っていました。また、三島由紀夫（1925-1970）のヒット小説『潮騷』のクライマックスシーンにも描かれました。長く放置されていた頑丈なコンクリートの建物は、小説で描かれた当時の様子そのままに残されており、現在では主に展望台として使用されています。晴れた日には、島の灯台がある伊良湖岬と、弁天岬の険しい地形の両方を望むことができます。

【タイトル】 神島

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

神島

神島距離鳥羽港約 40 分鐘輪渡航程，以風景優美著稱。環島漫步一圈約需 2 小時。島上值得探訪的去处眾多，包括漁村里風情如畫的街巷、森林裡和海岸邊蜿蜒曲折的自然小徑等。途中會看到一座白色瓷磚貼面的傳統燈塔，還有一處曾經是前帝國陸軍軍事設施的觀景台。

<繁体字>

神島

神島距離鳥羽港約 40 分鐘輪渡航程，以風景優美著稱。環島漫步一圈大概需要 2 個小時。島上有很多值得探訪的地方，包括漁村裡風情如畫的街巷、森林裡和海岸邊蜿蜒曲折的自然小徑等。途中會看到一座白色瓷磚貼面的傳統燈塔，還有一座曾經是前帝國陸軍軍事設施的觀景台。

<日本語仮訳>

神島

鳥羽港からフェリーで約 40 分の神島は、その美しい景色で有名です。島は 2 時間ほど歩いてまわれます。絵のように美しい漁村の路地や、神島の森と海岸線周辺を通る曲がりくねったトレイルなど、散策に適したスポットが数多くあります。道に沿って歩いていくと、伝統的な白いタイル張りの灯台と、現在は展望台に転用されている旧帝国陸軍の建物跡を見ることができます。

【タイトル】 時計台跡

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

钟台旧址

这座钢筋混凝土钟台上的挂钟过去一直是神岛上唯一的计时器。历时多年，如今已成为村里主街上的热门地标。

<繁体字>

鐘台舊址

這座鋼筋混凝土鐘台上的掛鐘曾經是神島上唯一的計時器。歷經多年，現在是聚落主街上的熱門地標。

<日本語仮訳>

時計台跡

何年もの間、このコンクリートの時計台の上には島で唯一の時計が置かれていました。今日、この場所は、村の大通りに佇む人気のランドマークとしての役割を担っています。

【タイトル】洗濯場

【想定媒体】パンフレット

<簡体字>**洗衣场**

神島上只有屈指可数的几口井，天然淡水资源十分有限，需要依靠雨水补充。直到近年，这种情况才得以改善。过去，这个位于村中心的洗衣场是女人们洗衣服的地方，既有助于节约用水，又充当着乡邻往来的社交场。人们制定了一套洗涤规则：尿布之类最脏的衣物在最下游清洗，干净些的可以在上游洗，而最上游、最干净的水段则用于最后的漂洗。1979年，一条管道从相距不远的答志岛供水系统直接铺进了渔村，岛上从此有了自来水。如今洗衣场虽已不再使用，却依然是神岛历史中留下的一道社会生活侧影。

<繁体字>**洗衣場**

神島只有屈指可數的幾口井，天然淡水資源十分有限，需要依靠雨水補充。這種情況直到近年才得到改變。過去，這個位於聚落中心的洗衣場是女人們洗衣服的地方，除了能節約用水，還是鄰里往來的社交空間。人們制定出了一套洗滌規則：尿布之類最髒的衣物在最下游清洗，乾淨些的可以在上游洗，最上游、最乾淨的水段則只用在最後的漂洗。1979年，一條管道從相距不遠的答志島供水系統直接鋪到了漁村，島上從此有了自來水。如今洗衣場雖已不再使用，但它依然代表了神島歷史中的一道社會生活側影。

<日本語仮訳>**洗濯場**

神島では天然の淡水の供給源が限られているため、島の人々は最近まで数基の井戸と雨水でやりくりしなくてはなりません。集落の中央にあるこの洗濯場は、水を節約するのに役立つとともに、洗濯をする近所の女性たちの社交の場としての役割を担っていました。女性たちは、おむつなどの汚れた衣類を最も下流で洗い、汚れの少ない衣類をより上流で洗うよう工夫していました。一番上流の水がきれいなところは、最後のすすぎのために確保されていました。1979年に、隣の答志島の水道供給システムからパイプが引かれ、この村も水道を使えるようになりました。この洗濯場は現在ではもう使われていないものの、島の歴史の中でも地域の共同体的側面を窺わせる場所として今も残されています。

【タイトル】 ゲーター祭り

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

ゲーター祭り (Geta Matsuri)

这项传统新年仪式于每年元旦当日黎明前在八代神社举行。岛上的男人们手持川竹做成的长杆，合力托举一个用本地树皮编成的圆环。圆环沉重，但竹竿光滑，所以举得越高就预示着新一年的渔获会越丰盛。当曙光将现、天空渐亮时，圆环被掷向地面，象征新一轮太阳取代了前一年的太阳。

目前，这项仪式已经停办。

<繁体字>

ゲーター祭り (Geta Matsuri)

毎年元旦當日黎明前，這項傳統新年儀式會在八代神社舉行。島上的男人們手持川竹做成的長杆，合力托舉一個用當地樹皮編成的圓環。圓環沉重，但竹竿光滑，所以舉得越高就預示著新一年的漁獲會越豐盛。當曙光將現、天空漸亮時，圓環被擲向地面，這個動作象徵新一輪太陽取代了前一年的太陽。

目前，這項儀式已經停辦。

<日本語仮訳>

ゲーター祭り

この伝統的な新年の行事は、元旦の夜明け前に八代神社で開催されます。女竹で作った棒を持った島の男性たちが、協力しながら地元に見える木の樹皮で編まれた輪を持ち上げます。丸い輪は大変重く、一方竹の棒はとっても滑りやすい。棒を使って輪が高く上がれば上がるほど、その年の漁獲高もより豊かになるとされます。夜明けの直前に空が明るくなってくると、輪を地面に落としますが、これは前年の太陽が新しい太陽に置き換えられることを象徴しています。

なお、ゲーター祭りは現在行っていません。

【タイトル】『潮騒』

【想定媒体】パンフレット

<簡体字>

《潮騒》

日本小说家三岛由纪夫(1925-1970)的作品《潮騒》讲述了一个经典的爱情故事：男孩与女孩相遇，一场禁忌之爱就此发生。故事发生在虚构的歌岛，其原型就是神岛。为了创作这部小说，三岛由纪夫在岛上待了很长时间，他从寺田家族租住的房子就位于村中洗衣场的上方。在写给诺贝尔文学奖得主川端康成(1899-1972)的信中，他描述岛上的生活是“人间生活真正该有的样子”，因为这里社区关系密切，丝毫没有大城市的弊病。在其他作品里，三岛由纪夫也曾详细描绘岛上居民是如何关心照顾他，他们对他的工作所知甚少，却会因为他那看起来就营养不良的苍白、瘦削的模样而担忧。1953年，小说《潮騒》出版，1954年便赢得了颇负盛名的“新潮赏”大奖。两年后，英文译本出版，定名《The Sound of Waves》（意为潮之声）。小说魅力经久不衰，除了1975年著名影星山口百惠和三浦友和出演的同名电影之外，故事发生的各个地点也经常出现在小说改编的戏剧和动画作品中，这些都吸引着源源不断的读者和影迷前来探访。

<繁体字>

《潮騒》

日本小說家三島由紀夫（1925-1970）的作品《潮騒》講述了一個經典的愛情故事：男孩與女孩相遇，一場禁忌之愛就此發生。而神島就是虛構故事發生地歌島的原型。為了創作這部小說，三島由紀夫還在島上待了很長一段時間。他向寺田家租屋，房子就位於聚落中央洗衣場的上方。在寫給諾貝爾文學獎得主川端康成（1899-1972）的信中，他描述島上生活是「人間生活真正該有的樣子」，這裡絲毫沒有大城市的弊病，而且社區關係密切。在其他作品裡，三島由紀夫也曾細細描繪島上居民如何關心照顧他，他們對他的工作所知甚少，卻會因為他那看起來就營養不良的蒼白、瘦削的模樣而擔憂。1953年，小說《潮騒》出版，1954年便贏得了頗負盛名的「新潮賞」大獎。兩年後，英文譯本出版，定名《The Sound of Waves》（意為潮之聲）。這部小說的魅力可謂經久不衰，像是著名影星山口百惠和三浦友和1975年出演的同名電影，島上許多地點都是小說所改編的戲劇和動畫作品中的重要場景，吸引著源源不斷的讀者和影迷前來探訪故事的創作背景地。

<日本語仮訳>

『潮騒』

小説家、三島由紀夫（1925-1970）の『潮騒』は、神島をイメージした架空の島、歌島を舞台にした、古典的な少年と少女の禁断の恋物語です。三島は、神島での時間の多くを村の洗濯場のすぐ上にある寺田家から借りた家で過ごし、この作品を執筆するのに費やしました。彼は、ノーベル賞を受賞した作家、川端康成（1899-1972）に宛てた手紙の中で、親密なコミュニティが存在し、大都市の悪習から解放されている島の生活を「本当の人間の生活」と形容しました。また、別の文章では、彼の仕事についてはよく分からないものの、青白く痩せた彼の姿から栄養不足を心配し、面倒を見てくれる地元の人々のことを書いています。1953年初版の小説『潮騒』は、1954年に名誉ある新潮賞を受賞し、その2年後に『The Sound of Waves』という題で英訳が出版されました。この小説の人気は衰えることなく、著名な俳優山口百恵と三浦友和主演の同名映画が1975年に上映されたなど、その舞台となった場所は脚本化・アニメ化された作品の中にもよく登場し、ファンを呼び寄せ続けています。

【タイトル】 答志島

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>**答志島**

从鸟羽港乘坐轮渡到答志岛大约需要 25 分钟。千百年来，大海一直是岛上居民的生计之源，村子里迷宫般的小街巷能让来访者一窥传统渔业社区的生活日常。制作盐水裙带菜是岛上的主要产业之一，人们至今依然使用传统的方法来采集、加工裙带菜。“寝屋子”风俗也依然延续，在这里，男孩到十几岁之后就会被送到本地另一户渔民家里半寄宿，学习相关技能。

<繁体字>**答志島**

從鳥羽港乘坐輪渡到答志島大約需要 25 分鐘。千百年來，大海一直是島上居民的生計之源，聚落裡迷宮般的小街巷能讓遊客一窺傳統漁業社區的生活日常。製作鹽水海帶芽是島上的主要產業之一，人們至今依然使用傳統的方法來收割、加工海帶芽。「寢屋子」風俗也依然延續，在這裡，男孩到十幾歲之後就會被送到當地另一戶漁民家裡半寄宿，學習相關技能。

<日本語仮訳>**答志島**

答志島は、鳥羽港からフェリーでおよそ 25 分のところにあります。答志島の海は何世紀にもわたって島民の暮らしを支えてきました。迷路のように入り組んだ村の路地では、昔と変わらない漁村の日常生活を窺い知ることができます。島の主な産業のひとつは塩蔵わかめの生産で、昔ながらの方法で収穫と加工が行われています。ここでは、10 代の若者が修養のために家族とは別の地元の漁師と半下宿する「寝屋子」制度が今でも実践されています。

【タイトル】 八幡祭

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

八幡祭

在村子里，常常能看到一种类似圆圈内有两道斜杠的标记。它们大多出现在住宅墙面和船身上。这个符号其实是由汉字“八”和包裹它的圆圈组成，源自岛上渔民群体所信奉的神明“八幡神”。人们相信，这个八幡神纹可以保护岛民避开海上的危险，满载而归。每年 1 月的八幡祭期间，这些符号都会被重新描绘一次。八幡祭已被日本国土交通省选入“岛之宝 100 景”。

<繁体字>

八幡祭

在聚落裡，常常能看到一種類似圓圈內有兩道斜杠的標記，它們多數出現在住宅牆面和船身上。這個符號源自島上漁民群體所信奉的神明「八幡神」，由漢字「八」和包裹它的圓圈組成。人們相信，這個八幡神紋可以保護島民避開海上的危險、滿載而歸。每年 1 月的八幡祭期間，這些符號都會被重描一次。八幡祭已被日本國土交通省選入「島之寶 100 景」。

<日本語仮訳>

八幡祭

村では、家の壁や船などに描かれた、丸の中に一对の斜線が入っているような紋がよく見られます。この紋は、数字の八の字が円で囲まれたもので、島の漁民たちが信仰する神、八幡の名前に由来します。この八幡の神紋は住民を海での危険から守り、豊穰を授けてくれると信じられています。この紋は、毎年 1 月に行われる島の恒例の八幡祭の期間中に、同じところに描きなおされます。この祭りは日本の国土交通省に「島の宝 100 景」に選定されています。

【タイトル】 鳥羽の牡蠣

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

鳥羽牡蠣

鳥羽湾近岸海域浮游生物丰富，牡蛎（生蚝）得以茁壮生长。鸟羽牡蛎大约一年长成，以其咸鲜的乳白色汁水而备受赞誉。本地区知名的牡蛎主要有两种：个头较大的岩牡蛎 (*Crossostrea nippona*) 在夏季收获，小一些的长牡蛎 (*Magallana gigas*) 则在冬季出产。每年 12 月至次年 3 月期间，海滩上会搭起许多牡蛎烧烤摊，提供无限量畅吃，本地人和游客都会前去品尝。

<繁体字>

鳥羽牡蠣

鳥羽灣近岸海域浮游生物豐富，牡蠣（生蠔）得以茁壯生長。鳥羽牡蠣大約一年長成，乳白色汁水的鹹鮮滋味絕美，備受讚譽。這個地區知名的牡蠣主要有兩種：在夏季收穫的是個頭較大的岩牡蠣（*Crossostrea nippona*）；在冬季出產的是小一些的長牡蠣（*Magallana gigas*）。海灘上每年 12 月至次年 3 月會搭起許多牡蠣燒烤攤，為當地人和遊客提供無限量暢吃。

<日本語仮訳>

鳥羽の牡蠣

牡蠣は、鳥羽湾沿岸のプランクトンが豊富な海で繁殖します。収穫できる大きさに成長するのによそ 1 年かかる鳥羽の牡蠣は、その塩辛い乳白色の汁が賞美されています。この地域は夏に獲れる大振りの岩牡蠣 (*Crossostrea nippona*) と冬が旬の小振りの真牡蠣 (*Magallana gigas*) の 2 種の牡蠣で有名です。12 月から 3 月にかけて、浜には牡蠣を焼く小屋が設営され、地元の人や訪問者に食べ放題の食事を提供しています。

【タイトル】 富士見展望台

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

富士见观景台

此处观景台位于岩屋山的徒步山道途中，可远眺伊势湾美景。在天气晴好的冬日里，还能看到远处的富士山。

<繁体字>

富士見觀景台

這處觀景台位於岩屋山的健行山道途中，可以遠眺伊勢灣美景。冬日裡如果天氣晴朗，還能看到遠處的富士山。

<日本語仮訳>

富士見展望台

岩屋山のハイキングコース沿道に位置する富士見展望台からは、伊勢湾の美しい景色が見渡せます。冬のよく晴れた日には遠くに富士山を望むことも可能です。

【タイトル】 八幡神社

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

八幡神社

答志島上有许多供奉八幡神的神社。作为武士的庇护者和农业守护神，八幡神自古便在日本全国广受崇敬。但在答志岛上，本地居民向八幡神祈求的是出海平安、渔获丰饶。岛上的建筑和渔船上常常描画着神圣的八幡神纹，这是圆圈内写着汉字“八”的符号，在特别的祭典期间都用经过了祝祷的神圣木炭手绘而成。岛上的神社都欢迎游人入内参观，但需脱鞋方可进入神社最内侧铺着光洁白鹅卵石的区域。

<繁体字>

八幡神社

作為武士的庇護者和農業守護神，八幡神自古便在日本全國廣受崇敬。答志島上有許多供奉八幡神的神社，但島民向八幡神祈求的卻是出海平安、漁獲豐饒。島上的建築和船隻上常常描畫著神聖的八幡神紋，這是圓圈內寫著漢字「八」的符號，在特別的祭典期間都用經過祝禱的神聖木炭手繪而成。島上的神社都歡迎遊客入內參觀，但神社最內側鋪著光潔白鵝卵石的區域，需要脫鞋才可以進入。

<日本語仮訳>

八幡神社

答志島には、八幡神を祀る神社が数多く見られます。八幡は武運を司るとともに農耕の守り神として古くから日本中で崇拝されてきました。答志島では、地元の住民は八幡に参拝して豊穰と海での安全を祈願します。島では、漢字の八の字を円で囲んだ八幡の神紋が描かれた船や建物を、あちこちで見ることができます。これらの紋は特別な祭りの日に用意される神聖な炭を使って手書きされます。観光客も島の神社に入ることはできますが、その際、滑らかな白く丸い石が敷かれている中心部では靴を脱ぐことが求められます。

【タイトル】 九鬼嘉隆の墓

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

九鬼嘉隆の墓

这两处墓地是安土桃山时代(1568-1603)海军将领九鬼嘉隆(1542-1600)最后的长眠之地。他是鸟羽城主，先后于织田信长(1534-1582)、丰臣秀吉(1536-1598)麾下统帅水军，在 1600 年的关原之战中战败后切腹自尽。依照当时惯例，他斩下的头颅被送呈胜利一方的将军德川家康(1543-1616)检视。之后，头颅归还其家族，与身体分开下葬。埋葬头颅的地方能看到他钟爱的鸟羽城。两处墓所都位于一座林木繁茂的小山上，相距不远，步行可达，距离答志岛港也仅一箭之遥。

<繁体字>

九鬼嘉隆の墓

眼前的兩座墳墓是安土桃山時代（1568-1603）海軍將領九鬼嘉隆（1542-1600）最後的長眠之地。他是鳥羽城主，先後在織田信長（1534-1582）、豐臣秀吉（1536-1598）麾下統帥水軍。在 1600 年的關原之戰中戰敗後，九鬼嘉隆切腹自盡。依照當時慣例，其被斬下的頭顱送呈勝利一方的將軍德川家康（1543-1616）檢視。之後，頭顱歸還其家族，與身體分開下葬。頭顱埋葬處能看到他摯愛的鳥羽城。兩座墓所都位於一座林木繁茂的小山上，相距不遠，步行便可到達，距離答志島港也只要一箭之遙。

<日本語仮訳>

九鬼嘉隆の墓

この2か所の墓地には、安土桃山時代（1568-1603）水軍の武将、九鬼嘉隆（1542-1600）の遺体が埋葬されています。彼は鳥羽城主であり、織田信長（1534-1582）、のち豊臣秀吉（1536-1598）に仕え、水軍の将として活躍していました。1600年の関ヶ原の戦いの後切腹を遂げた当時の慣習に従い、切断された頭部は検分のために勝利した將軍徳川家康（1543-1616）のところに運ばれました。その頭部は家族に返された後、九鬼が愛した鳥羽城が見える場所に、胴体とは別に埋葬されました。片方からもう一方まで歩いて行ける距離にある2つの墓は、答志島港から目と鼻の先の木々が茂る丘の上にあります。

【タイトル】 血洗い池

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

血洗池

这个小池塘原本要大得多，而且连通大海，本地渔民过去一直将它用作风暴来临时存放船只的避风港。传说，当年九鬼嘉隆(1542-1600)在池岸上切腹自杀后，为他充当“介错人”（见证仪式并帮助切腹者砍下头颅以完成仪式的持剑人）的心腹家臣曾在池中清洗九鬼嘉隆的武士刀。池塘因此得名，意思是“洗去血迹的池塘”。

<繁体字>

血洗池

這個小池塘原本要大得多，而且連通大海。在過去，當地漁民一直將它用作風暴來臨時存放船隻的避風港。傳說，當年九鬼嘉隆（1542-1600）在池岸上切腹自殺後，為他充當「介錯人」（見證儀式並幫助切腹者砍下頭顱以完成儀式的劍士）的心腹家臣曾在池中清洗九鬼嘉隆的武士刀。池塘因此得名，意思是「洗去血跡的池塘」。

<日本語仮訳>

血洗い池

この小さな池は、元々は遥かに大きくて海とつながっており、地元の漁師が嵐の際に船を避難させるのに使われていました。伝承では、九鬼嘉隆（1542-1600）が池の近くで自害した後、介錯人（切腹を見届け、本人が腹を切った後その首を刀で切る剣士）を務めた腹心の家臣が、九鬼の刀をこの池の水で洗ったとされています。これが池の名前の由来で、「血を洗う池」を意味します。

【タイトル】 大間の浜

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

大间之浜

在当地人心目中，再没有比“大间之浜”更适合观赏日出的地方了。它位于答志、和具两个小村庄的交界线上，也是很受欢迎的夏季海水浴场。

<繁体字>

大間之濱

在當地人眼中，再沒有比「大間之濱」更適合觀賞日出的地方了。它位於答志、和具兩個小聚落的交界線上，夏季時，也是很受歡迎的海水浴場。

<日本語仮訳>

大間の浜

地元の人々は、日の出を見るのに大間の浜以上に良い場所はないと言います。答志集落と和具集落の境界をまたいで広がるこの浜は、夏には海水浴のスポットとして人気があります。

【タイトル】 美多羅志神社

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

美多羅志神社

依照本地风俗，新生儿满百日时，母亲要到海滩上寻找 12 块白色鹅卵石，然后带着它们和孩子一起到美多羅志神社，将石头铺在神社内的地面上。正因为这样，进入神社前脱鞋便成了约定俗成的规矩。另一个当地风俗是夫妻一同向神社进奉一对公母鲍鱼，祈求孩子身体健康，拥有一双漂亮的眼睛。在通往神社的参道（参拜道路）旁可以看到一棵龙形的奇树。

<繁体字>

美多羅志神社

依照當地風俗，新生兒滿百日時，母親要到海灘上尋找 12 塊白色鵝卵石，然後帶著鵝卵石和孩子一起到美多羅志神社，將石頭鋪在神社內的地面上。正因為這樣，進入神社前脫鞋成了約定俗成的規矩。另一個當地風俗是夫妻一同向神社進奉一對雌雄鮑魚，祈求孩子身體健康，擁有一雙漂亮的眼睛。在通往神社的參道（參拜道路）旁還可以看到一棵龍形的奇樹。

<日本語仮訳>

美多羅志神社

子どもが生まれて 100 日後に、母親が浜から 12 個の白い石を集め、新生児を連れてそれを神社に持って行くのが地元の習わしです。持っていった石は神社の敷地に敷かれます。そのため、神社に足を踏み入れる前には靴を脱ぐことになっています。もうひとつの慣習は、生まれてくる子どもが健康で美しい瞳に恵まれるよう、夫婦で参拝して雌雄一對のアワビを神社に奉納することです。また、神社の参道沿いに、龍の形をしたユニークな木があります。

【タイトル】 ヤマトタチバナ

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

倭橘

倭橘 (*Citrus tachibana*; 中文学名立花橘) 在日本有着悠久的生长历史。通常认为, 只有冲绳香檬和倭橘是日本原产柑橘种, 后者更是日本国内唯一的野生柑橘种, 但也正在逐渐消失。如今倭橘已被日本环境省的红皮书列为了濒危物种。

成书于公元 8 世纪的史书《日本书纪》中首次记载了这种果实的怡人香气。桃取町内就有一株非常古老的倭橘树, 已被三重县指定为天然纪念物。它即便在冬天也依旧枝繁叶茂, 因此被视为长寿的象征。鸟羽的手工艺人至今还用这棵树结的倭橘来制茶、制香。

<繁体字>

大和橘

大和橘 (*Citrus tachibana*; 中文學名立花橘) 在日本有著悠久的生長歷史。通常認為, 只有沖繩香檬和大和橘是日本原產柑橘種, 後者更是日本國內唯一的野生柑橘種, 只可惜正在逐漸消失中。現在大和橘已被日本環境省的紅皮書列為了瀕危物種。

史書《日本書紀》成書於西元 8 世紀, 書中首次記載了這種果實香氣怡人。桃取町內就有一株非常古老的大和橘樹, 已被三重縣指定為天然紀念物。即便在冬天, 它也依舊枝繁葉茂, 因此被視為長壽的象徵。直到今天, 鳥羽的手工藝人還用古樹上結的大和橘來製茶、製香。

<日本語仮訳>

ヤマトタチバナ

「倭橘(*Citrus tachibana*)」と呼ばれることもあるこの柑橘類は、日本では長い歴史を持っており、沖縄のシークワサーとこのヤマトタチバナだけが、日本原産の柑橘種と考えられており、後者のような野生では国内唯一の柑橘類ですが、全国的に姿を消しつつあり、環境省のレッドデータブックで絶滅危種に指定されています。

ヤマトタチバナのさわやかな香りは 8 世紀の『日本書紀』に初出記録が残っており、桃取町には三重県の天然記念物に指定されている非常に古いヤマトタチバナの木があります。冬の間も葉を茂らせることから、この木は長寿の象徴とされています。鳥羽の職人たちは、この木をお茶やお香などを作るのに使

います。

【タイトル】 菅島

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

菅島

菅島は鳥羽周辺離島中の第二大島、距離鳥羽港約 15 分輪渡航程。島上值得探訪の有趣景観很多、包括菅島神社、白髭神社、弁天神社、菅島燈塔等等。如果喜欢徒步，神圣的白浜海濱是風景最美的地方之一；如果想探險，可以嘗試着攀登“大山”（237 米），山頂是島上的最高點，可將四周海景一併收入眼底。本地導遊還可提供休閒垂釣服務，這也是很受歡迎的活動項目。

<繁体字>

菅島

菅島是鳥羽周邊離島中的第二大島，從鳥羽港乘坐輪渡大約 15 分鐘到達。島上值得探訪的有趣景點很多，像是菅島神社、白髭神社、弁天神社、菅島燈塔。如果喜歡健行，神聖的白濱海濱是風景最美的地方之一；如果想探險，可攀登島嶼的最高點「大山」（237 公尺），把四周海景一併納入眼中。休閒垂釣也是很受歡迎的活動，當地導遊就可以提供相關服務。

<日本語仮訳>

菅島

鳥羽港からフェリーで約 15 分のところにある菅島は、鳥羽の離島の中で 2 番目に大きい島です。菅島神社、白髭神社、弁天神社、菅島灯台など、島には興味深い場所が数多くあります。散策が好きなら、神聖な浜として知られる白浜はこの地域で最も美しい場所のひとつです。冒険が好きなら、周囲に広がる唯一無二の海の景色が一望できる島の最高峰、「大山」（標高 237m）の登山に挑戦しましょう。また、地元のガイドが提供しているスポーツフィッシングも人気のアクティビティです。

【タイトル】 サメのタレ

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

鲨鱼肉干

鲨鱼肉干是一道本地风味美食，即调味风干的鲨鱼肉。具体制作方法是先将鲨鱼肉切片，抹盐或放入特制料汁中腌渍，然后悬挂在海风特别强劲的地方风干。最终成品有点类似调味肉干，传统上多搭配清酒食用。

<繁体字>

鯊魚肉乾

調味風乾的鯊魚肉「鯊魚肉乾」是一道當地風味美食。製作方法是先將鯊魚肉切片，抹鹽或放入特製料汁中醃漬，然後懸掛在海風特別強勁的地方風乾。最後成品有點類似調味肉乾，傳統上人們會搭配清酒食用。

<日本語仮訳>

サメのタレ

サメのタレは、サメの肉を干して味付けした地元の珍味です。サメを切り身にして塩を擦り込み、特製のタレに漬け込み、特に潮風の強い場所に吊るして干します。味付きの干し肉に似ており、昔から日本酒と合わせて楽しむのが一般的です。

【タイトル】 小築海島と大築海島

【想定媒体】 パンフレット

<簡体字>

小筑海岛和大筑海岛

在答志岛的海边放眼远眺，能看到这两座风光如画的海岛。近一些的是小筑海岛，无人居住，也不允许登岛游览或捕鱼。这座岛自古以来便是本地渔民心目中的圣地，也是每年7月11日一项神道教供奉仪式的举办地。当天，岛上会开放3个小时允许捕鱼。人们将捕捞到的鲍鱼连同岛上采下的桑叶、芒草叶一起带回答志岛，供奉在八幡神社里，以此祈祷出海平安、渔获丰饶。

稍大的一座是大筑海岛，同样无人居住。考古学家在岛上发现了可追溯到史前时代的古老贝冢，其中许多贝壳都来自深海。这项发现显示，在古老的时代就可能有海女（以徒手潜水捕捞贝类、海藻等海货为业的渔女）在这里谋生。即便到了今天，这片水域依然以出产优质的海产品而闻名遐迩。需要注意的是，没有公共交通可前往该岛。

<繁体字>

小築海島和大築海島

在答志島的海邊放眼遠眺，便能看到這兩座風光如畫的海島。近些的那座是無人居住的小築海島，不允許登島遊覽或者捕魚。這座島自古以來便是當地漁民心目中的聖地，也是每年7月11日一項神道教供奉儀式的舉辦地。當天，島上會開放3個小時允許捕魚。人們將捕撈到的鮑魚連同島上採下的桑葉、芒草葉一起帶回答志島，供奉在八幡神社裡，以此祈禱出海平安、漁獲豐饒。

稍大一些的大築海島同樣無人居住。考古學家在島上發現了可追溯到史前時代的古老貝塚，其中許多貝殼都來自深海。這項發現意味著在古早時代可能就有海女（在沒有任何潛水裝備的情況下，潛水捕撈貝類、海藻等海貨並以此為業的漁女）在島上謀生。即便到了今天，這片水域依然以出產優質海產品而聞名遐邇。不過需要注意，目前沒有大眾客運能夠前往該島。

<日本語仮訳>

小築海島と大築海島

答志島の沖には、絵のように美しい島が 2 つあります。近い方の小築海島は無人島で、観光者や釣り人の立ち入りは禁止されています。遠い昔から地元の漁師が聖地としているこの島では、毎年 7 月 11 日に神道の奉納の儀式が行われます。この日に 3 時間だけ漁が許されます。この時に獲ったアワビとともに、島から持ち帰った桑やススキの葉を、答志島の八幡神社へお供えし、海上安全と大漁祈願をします。

大きい方は大築海島で、こちらも無人島です。考古学者によって先史時代の貝塚が発見されており、見つかった貝の多くが海の深い場所に生息していたことから、当時の海女さん（潜水によって海中の魚貝類、海藻類の採集を仕事とする女性）にあたる人々がここで漁をしていた可能性が示唆されています。今日でも、この島の海は品質の高い魚介類が獲れることで有名です。この島には公共交通機関では行くことができませんのでご注意ください。

地域番号	029	協議会名	国頭村役場
------	-----	------	-------

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
029-001	国頭村森林公園 (看板) /施設に関連した星の話 (設備や見どころなど)	413	看板
029-002	奥やんばるの里 (看板) /施設に関連した星の話 (設備や見どころなど)	394	看板
029-003	やんばる学びの森 (看板) /施設に関連した星の話 (設備や見どころなど)	438	看板
029-004	安田くいなふれあい公園 (看板) /施設に関連した星の話 (設備や見どころなど)	390	看板
029-005	辺戸岬 (看板) /施設に関連した星の話 (設備や見どころなど)	359	看板
029-006	ゆいゆい国頭、パイナップルの丘安波 (看板) ※共通/各道の駅に掲載する「星空保護区」認定 4 施設 についての紹介	634	看板
029-007	国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/国頭村の星空保護区	420	Web
029-008	国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/国頭村の取り組み (光害対策など)	407	Web
029-009	国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/国頭村森林公園	525	Web
029-010	国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/奥やんばるの里	448	Web
029-011	国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/やんばる学びの森	492	Web
029-012	国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/安田くいなふれあい公園	339	Web
029-013	国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/道の駅ゆいゆい国頭	490	Web
029-014	国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/道の駅やんばるパイナップルの丘安波	574	Web

【タイトル】国頭村森林公園（看板）/施設に関連した星の話（設備や見どころなど）

【想定媒体】看板

<簡体字>

国頭村森林公園の星空

国頭村森林公園は国頭村内で「暗夜国際」認証の四ヶ所地点の一つ、この認証は当地で光公害を抑制し、自然の夜景を保護する努力を表彰しています。ここでは異常に暗い夜空に加えて低緯度のため、天文観測に非常に適しています。ここでは国際天文学連合会が定義した全天 88 星座中の 82 個、および全部 21 顆一等星を見ることができます。

ここでは沖縄唯一に 400mm口径の大型天文望遠鏡の露営と宿泊施設があります。望遠鏡は森林の樹冠の上に設置されており、最大 300 倍まで拡大でき、惑星、星雲、遠く離れた星系を観測できます。冬には、明るい星と獵戶座の象徴的な「腰帯」が澄んだ夜空で際立って見えます。

公園は世界自然遺産の入り口にあり、この鬱鬱蔥蔥の亜熱帯森林には多くの固有種が育ちます。夜が降り、森林は活気に満ちます。夏には珍しい琉球トビ蛙の力強い鳴き声も聞こえ、蛍の光も目に飛び込んできます。近くには辺土名湖があり、晴れた夜の満天星斗が湖面に倒映されます。夜空観測の旅や望遠鏡観測のガイドは国頭村森林公園事務所から予約可能で、詳細は下のQRコードをご覧ください。

<繁体字>

國頭村森林公園的星空

國頭村森林公園是國頭村內獲得國際暗空協會認證的四處據點之一。本村長年致力於減少光害以守護自然夜空，成果備受肯定。這裡擁有純淨無光害的夜空，且地處低緯度，是絕佳的觀星勝地。天文愛好者能在此欣賞到國際天文學聯合會所定義的全天 88 星座中的 82 個，以及全數 21 顆一等星。

這座公園是全沖繩唯一配備 400 公釐高性能天文望遠鏡的露營住宿園區。遊客可在矗立於森林冠層之上的展望台，透過 300 倍放大倍率的望遠鏡，將行星、星雲，乃至遙遠星系的

驚人細節清晰映入眼簾。冬季時，閃耀的群星與獵戶座標誌性的「腰帶三星」在澄澈夜空中尤其引人注目。

公園位於世界自然遺產的入口處，周遭鬱鬱蔥蔥的亞熱帶森林棲息著眾多珍稀與特有物種。夜幕低垂後，整片森林更顯生機勃勃。夏季，珍稀的赫氏拇棘蛙發出尖銳響亮的鳴叫，螢火蟲在林間閃爍飛舞。附近一條小徑通往邊土名湖，在無風的晴朗夜晚，滿天星斗倒映於平靜的湖面，景致靜謐動人。如欲預約夜空之旅或天文觀測導覽，請洽詢國頭村森林公園事務所。欲知詳情，請掃描下方 QR Code。

<日本語仮訳>

国頭村森林公園の星空

国頭村森林公園は、光害を抑え自然の夜景を保護する村の取り組みが評価され「ダークスカイ・インターナショナル」から認定された国頭村にある4つの施設の1つです。真っ暗な空に低緯度に位置するという特徴は天体観測に最適な環境で、天体観測者は国際天文学連合が定義する全天88星座のうち82星座と、21の1等星すべてを観察することができます。

この公園は、沖縄では唯一の、パワフルな400mm天体望遠鏡を備えたキャンプ・宿泊施設です。森林上の高台から、300倍という高倍率の天体望遠鏡を通して、惑星や星雲、そして遠く離れた銀河までも驚くほど鮮明に観測することができます。冬には、明るく輝く星やオリオン大星雲の特徴的なベルトが澄んだ夜空に現れひときわ目を引きます。

公園は、希少種・固有種が数多く生息する緑豊かな亜熱帯の木々が生い茂る世界自然遺産の入口にあります。夜も更けると、森中が活気に包まれます。夏の時期には、珍しいホルストガエルの力強い鳴き声が聞こえ、また、ホタルの明滅する光を観察することができます。近くの小道は辺土名湖へと下り、湖では穏やかで雲ひとつない満天の夜空が水面に映ります。ナイトスカイツアーや天体観測ガイドは、国頭村森林公園事務所でご予約いただけます。詳しくは、以下のQRコードをスキャンしてご覧ください。

【タイトル】 奥やんばるの里（看板）/施設に関連した星の話（設備や見どころなど）

【想定媒体】 看板

<簡体字>

奥山原之乡的星空

奥山原之乡位于国头村，这里努力抑制光污染、保护自然夜景，因而成为“暗夜国际”认证的四处观赏星空地点之一。极为黑暗的夜空和得天独厚的低纬度使其成为理想的观星之所，在这里可以看到国际天文学联合会划分的全天 88 个星座中的 82 个，以及全部 21 颗一等星。

最佳的观星地点是流经山谷的奥川河畔。游客可以借助这条河来辨认星体。由于奥川自南向北流淌，面向大海的方向始终能够找到北极星（当地方言中叫做“Ninufabushi”）。而朝相反方向望去，则可以欣赏到随季节更替而变化的星座景象：冬季是猎户座，春季是狮子座，夏季是天蝎座，秋季则是飞马座。此外，在这里还能看到月亮从东边群山间升起的震撼画面。

河对岸的当地传统民居透出柔和的灯光，为夜色增添了诗境般的韵味。非常推荐躺在河畔，伴着漫天星光，聆听潺潺流水声与琉球角鸮独特的鸣叫声（ko-hok, ko-hok），这种小型猫头鹰是当地特有的物种。

<繁体字>

奥山原之里的星空

奥山原之里是國頭村內獲得國際暗空協會認證的四處據點之一。本村長年致力於減少光害以守護自然夜空，成果備受肯定。這裡擁有純淨無光害的夜空，且地處低緯度，是絕佳的觀星勝地。天文愛好者能在此欣賞到國際天文學聯合會所定義的全天 88 星座中的 82 個，以及全數 21 顆一等星。

園區內最佳的觀星點位於流經山谷的奧川河畔，遊客可將河流作為觀測天體的天然指引。由於奧川由南向北流，面向大海的方向即可找到北極星（沖繩語稱為

「Ninufabushi」)。轉身往相反方向，則可欣賞隨季節更迭的星座——冬季的獵戶座、春季的獅子座、夏季的天蠍座以及秋季的飛馬座，皆依序現身夜空。此外，明月自東方群山後方緩緩升起的壯麗景象，亦是此地令人難忘的絕景。

河對岸的沖繩傳統風格度假屋透出的柔和燈光，為夜間景致增添幾分情調。遊客不妨愜意地躺在河畔，一邊仰望星空，一邊聆聽潺潺流水聲，以及本地特有的小型夜行性貓頭鷹——琉球角鴉所發出的「ko-hok、ko-hok」獨特鳴叫，盡情享受與大自然合而為一的靜謐時光。

<日本語仮訳>

奥やんばるの里の星空

奥やんばるの里は、光害を抑え自然の夜景を保護する村の取り組みが評価され「ダークスカイ・インターナショナル」から認定された国頭村にある4つの施設の1つです。真っ暗な空に低緯度に位置するという特徴は天体観測に最適な環境で、天体観測者は国際天文学連合が定義する全天88星座のうち82星座と、21の1等星すべてを観察することができます。

天体観測に絶好のスポットは、この谷間を流れる「奥川」のほとります。訪れる人は川をガイドに天体を観測することができます。川は南から北へと流れているため、北極星（現地の方言で「にぬふあがし」）を常に海の方角に見つけることができます。反対の方角には、訪れる人は季節で変化する星座を見ることができます：冬にはオリオン座、春にはしし座、夏にはさそり座、そして秋にはペガサス座が現れます。この敷地ではまた、東の山々から月が現れる印象的な景色を拝むことができます。

川を越えた先にある沖繩古民家風コテージから漏れる柔らかな光は、夜の景観に漂うムードを一層盛り上げてくれます。川のほとりで寝そべってみるのもおすすめです；星々の景色と川のせせらぎ、この地域でしか見られない小型フクロウのリュウキュウコノハズクが表現する独特の鳴き声（コホーツ、コホーツ）を楽しめます。

【タイトル】 やんばる学びの森（看板）/施設に関連した星の話（設備や見どころなど）

【想定媒体】 看板

<簡体字>

山原学习之森的星空

山原学习之森位于国头村，是村内因积极抑制光污染、保护自然夜景而获得“暗夜国际”认证的四处地点之一。异常黑暗的夜空和得天独厚的低纬度使其成为理想的观星之所，在这里可以看到国际天文学联合会划分的全天 88 个星座中的 82 个，以及全部 21 颗一等星。

最理想的天文观测地点是“观星山丘（Stargazing Hill）”，也就是右侧那片绿草如茵的小山丘。此处所有外部照明都经过特别设计，最大限度地减少向上散射的光线。从山丘顶眺望的 360 度全景中，一半以上是被列入世界自然遗产的森林。虽然在国头村所有获得认证的地点都能看到银河，此处的景象尤为清晰，观星者可以轻松追踪银河横贯夜空的壮丽轨迹。根据季节不同，每晚在不同的时段，都能看到银河从南方地平线一路延伸至天顶。

环绕四周的森林为观星增添了丰富的“自然音景”，就包括琉球溪树蛙洪亮有力的鸣叫声。园区提供由专业向导带领的自然观察项目，例如在森林中高架步道上进行的夜间漫步，游客可以在树冠环绕之下仰望星空。相关行程可在前台进行预约。

<繁体字>

山原學習之森的星空

山原學習之森是國頭村內獲得國際暗空協會認證的四處據點之一。本村長年致力於減少光害以守護自然夜空，成果備受肯定。這裡擁有純淨無光害的夜空，且地處低緯度，是絕佳的觀星勝地。天文愛好者能在此欣賞到國際天文學聯合會所定義的全天 88 星座中的 82 個，以及全數 21 顆一等星。

園區內最理想的觀星點是位於右側綠草如茵的小山丘上「觀星之丘（Stargazing Hill）」。這裡所有的戶外照明均經過特殊設計，將向上逸散的光線降至最低。從山丘頂

端 360 度環視，視野所及超過一半是世界自然遺產森林。雖然在國頭村所有獲認證的據點皆可觀賞銀河，但此處所見的銀河格外清晰鮮明，觀星者能輕易追蹤其橫越天際的壯闊軌跡。雖然銀河出現時段會隨季節變化，但都能欣賞到它自南方地平線延伸至頭頂天頂的景象。

周遭廣闊森林中的生靈為觀星之旅奏響豐富的自然樂章，其中包括琉球河鹿蛙——一種體型嬌小的樹蛙，卻能發出宏亮且具穿透力的鳴聲。此外，這裡也提供由專業導覽人員帶領的自然觀察行程，包含夜間森林漫步；參加者可在高架步道上行走，透過樹冠縫隙仰望夜空。相關活動請洽飯店櫃檯預約安排。

<日本語仮訳>

やんばる学びの森の星空

やんばる学びの森は、光害を抑え自然の夜景を保護する村の取り組みが評価され「ダークスカイ・インターナショナル」から認定された国頭村にある 4 つの施設の 1 つです。真っ暗な空に低緯度に位置するという特徴は天体観測に最適な環境で、天体観測者は国際天文学連合が定義する全天 88 星座のうち 82 星座と、21 の 1 等星すべてを観察することができます。

天体観測に最適なスポットは「Stargazing Hill」で；右方向に見える芝生が茂る丘です。（この外灯はすべて、上向きの光を最小限に抑えるよう設計されています。）丘の上から望む 360 度の全景の半分以上が、世界自然遺産の森です。天の川は国頭村に所在する認定施設のすべてで観察できますが、特に鮮明なのがここ；天体観測をする人は簡単に、空を流れるその道を観察することができます。季節に応じて異なる時間帯に毎晩、南の地平線から頭上の天頂へと伸びる天の川がみえます。

周囲に広がる森からは天体観察をお供する音が響き渡ります；樹木にいる小さなリュウキュウカジカガエルの力強い鳴き声などです。専門ガイドによる自然観察プログラムでは、森の中の地上から高く離れた散策路を歩くナイトウォークなどもあります。そこから、参加者は木々の陰に囲まれる夜空を眺めることができます。手配はホテルのフロントデスクで行うことができます。

【タイトル】 安田くいなふれあい公園（看板）/施設に関連した星の話（設備や見どころなど）

【想定媒体】 看板

<簡体字>

安田秧鸡互动公园的星空

安田秧鸡互动公园位于国头村，是村内因积极抑制光污染、保护自然夜景而获得“暗夜国际”认证的四处地点之一。异常黑暗的夜空和得天独厚的低纬度使其成为理想的观星之所，在这里可以看到国际天文学联合会划分的全天 88 个星座中的 82 个，以及全部 21 颗一等星。

由于远离住宅与社区，这里是国头村内最昏暗的区域之一。园内的公园高尔夫球场有多处观星点，游客可以躺在草坪上仰望星空，看到许多独特的星座。当地居民发现，在一年中不同的时节，夜空中会出现形似冲绳秧鸡的星群，这种不会飞的鸟类正是该村的象征。通过相关照片，可以看到这些被称为“吉祥物星座”的星群随着季节更替而呈现出雌鸟与雄鸟位置上的变化，不变的是结实的身形和修长的双腿。

在公园观星时，往往还能听到周围森林中的秧鸡寻找夜栖之处、攀爬上树时发出的“ki-ki-ki”叫声。夜间使用公园需在营业时间内前往公园事务所提前办理相关手续。

<繁体字>

安田秧雞互動公園的星空

安田秧雞互動公園是國頭村內獲得國際暗空協會認證的四處據點之一。本村長年致力於減少光害以守護自然夜空，成果備受肯定。這裡擁有純淨無光害的夜空，且地處低緯度，是絕佳的觀星勝地。天文愛好者能在此欣賞到國際天文學聯合會所定義的全天 88 星座中的 82 個，以及全數 21 顆一等星。

這裡遠離民宅與聚落，是國頭村光害最少、最為幽暗的區域之一。公園高爾夫球場內設有多處寬廣草地，讓遊客能在滿天星斗下呈「大」字型愜意躺臥。前來觀星的遊客在此還能觀賞到獨具在地特色的星座。國頭村居民在一年中的不同時期，能辨識出天空中形似村落

象徴——山原秧雞の星座圖案。山原秧雞是一種不會飛的鳥類，也是本村的象徴。不妨參考照片，尋找雄鳥與雌鳥這對「吉祥物星座」在不同季節的位置；星點連線勾勒出這種擅長奔跑的鳥類結實的身軀與修長雙腿的模樣。

來此觀星的遊客，或許有機會聽到山原秧雞在周圍森林中攀爬樹木、尋覓棲息枝桠時所發出的「ki-ki-ki」叫聲。如欲在夜間使用公園設施，請於營業時間內洽詢公園事務所預約安排。

<日本語仮訳>

安田くいなふれあい公園の星空

安田くいなふれあい公園は、光害を抑え自然の夜景を保護する村の取り組みが評価され「ダークスカイ・インターナショナル」から認定された国頭村にある4つの施設の1つです。真っ暗な空に低緯度に位置するという特徴は天体観測に最適な環境で、天体観測者は国際天文学連合が定義する全天88星座のうち82星座と、21の1等星すべてを観察することができます。

ここは、家屋や集落部から遠く離れているため、国頭村の中でもひと際暗いエリアの一つです。パークゴルフ場には満点の星の下、芝生に大の字で寝そべられるスポットがたくさんあります。天体観測に訪れる人たちはここでいくつかの珍しい星座を観察することができます。国頭村に住む人たちは、一年のさまざまな時期に、Okinawa rail（ヤンバルクイナ）に似た星座群を見つけています；村の象徴である飛べない鳥です。写真からこの「マスコットの星座」のオス・メスのいる季節ごとに変わる位置を確認できます；がっしりとした身体と長い足が特長の鳥です。

天体観測に訪れる人たちはこの公園で、周りの森でねぐらを探して木々に登るクイナの「キキキ」と鳴く声を聴くことができるでしょう。夜間の公園利用の手配は、営業時間内に公園事務所で行うことができます。

【タイトル】 辺戸岬（看板）/施設に関連した星の話（設備や見どころなど）

【想定媒体】 看板

<簡体字>

边户岬观星

边户岬位于国头村，这里长期致力于减少光污染、保护自然夜空景观。此地极为黑暗的夜空与低纬度位置，为天文观测提供了极佳的条件。在这里可以看到国际天文学联合会所划分的全天 88 个星座中的 82 个，以及全部 21 颗一等星。区域内所有人工光源均经过改造，以最大限度降低对夜空的影响。

最佳的观星地点位于岬角最北端的纪念碑附近。从这一视野开阔的观景点向南眺望，琉球圣地之一——安须森御岳的嶙峋剪影格外震撼。每年 6 月至 9 月，游客还能看到银河从这座山的背后升起。银河在当地方言中被称为“Tingara”，在古老的传说中，这条天河将一对命运多舛的恋人分隔两岸，分别化作织女星与牵牛星。

在边户岬，还能欣赏到月光映照海面所形成的梦幻光带，被称为“月之道”。汹涌的海浪有节奏地拍打着陡峭的岩岸，为这片原始自然风貌的岬角夜景奏响了自然的乐章。

<繁体字>

邊戶岬觀星

邊戶岬是長年致力於減少光害以守護自然夜空的國頭村的一部分。這裡擁有純淨無光害的夜空，且地處低緯度，是絕佳的觀星勝地。天文愛好者能在此欣賞到國際天文學聯合會所定義的全天 88 星座中的 82 個，以及全數 21 顆一等星。為維持清晰的夜空景觀，此區域已全面改善人工照明，將對夜空的影響降至最低。

此地最佳的觀星點位於海岬最北端的紀念碑附近。從這個制高點向南眺望，作為琉球聖地之一的安須森御嶽，其崎嶇山脈的剪影顯得格外壯觀。每年 6 月至 9 月，遊客可欣賞銀河——沖繩語稱為「Tingara」——從山脈後方升起的景象。傳說中，這條天河將織女星與牛郎星這對有情人分隔兩地。

在邊戶岬，亦能欣賞到月光倒映在海面上所形成的一條光帶，日語稱之為「月の道」。波濤有節奏地拍打著斷崖絕壁，為這片保留原始風貌的海岬夜景，奏響大自然的樂章。

<日本語仮訳>

辺戸岬での天体観測

辺戸岬は、光害削減と自然の夜景の保護に取り組む集落、国頭村の一部です。真っ暗な空に低緯度に位置するという特徴は天体観測に最適な環境で、天体観測者は国際天文学連合が定義する全天 88 星座のうち 82 星座と、21 の 1 等星すべてを観察することができます。このエリアにあるすべての人工的な灯を改良して夜空の視界への影響を最小限に抑えています。

天体観測に一番のスポットは岬の最北端にあるモニュメントのそばです。この見晴らしのよい場所から、琉球の聖地の一つである安須森御嶽の岩山のシルエットを望む南方の景色はとりわけ圧巻です。6 月から 9 月にかけて、ここを訪れる人たちは、天の川（現地の方言では「ていんがーら」として知られる）がこの山の後ろから昇る様子を見ることができます。昔ばなしでは、この天の川が悲運の恋人を引き裂いたという話を、織女（ベガ）と牽牛（アルタイル）という二つの星でなぞらえています。

辺戸岬ではまた、月が海面に反射して表れる道の印象的な景色を望むことができます；日本語では「月の道」として知られています。断崖絶壁にリズムカルに打ち付ける荒波が、手つかずの自然が残る岬の夜景に自然の音楽を奏でます。

【タイトル】 ゆいゆい国頭、パイナップルの丘安波（看板）

※共通/各道の駅に掲載する「星空保護区」認定4施設についての紹介

【想定媒体】 看板

<簡体字>

国头村的观星景点

国头村有四处获得“暗夜国际”认证的观星点，以表彰该村在减少光污染、保护自然夜景而做出的贡献。这一带拥有异常黑暗的夜空，为访客提供了在自然环境中感受宇宙璀璨之美的理想条件。

1. 国头村森林公园

国头村森林公园位于世界自然遗产地的入口，从边土名海岸地区驾车约5分钟即可到达。园内设有露营地、度假小屋、树屋以及“山原森林玩具美术馆”。此外，这里还配备了一台口径400毫米、最高可放大300倍的高性能天文望远镜，能够将遥远的星系清晰呈现。夜空观测之旅及望远镜观测指导可通过国头村森林公园事务所预约。

2. 奥山原之乡

奥山原之乡坐落在奥川河谷之中，有六栋当地传统风格的独立小木屋可供住宿。附近的河岸是理想的观星地点，可欣赏到星空与群山暗色剪影相互映衬的景象。河流的南北走向有助于观星者辨别方位，而潺潺的水声也为观星体验增添了一份静谧与诗意。

3. 山原学习之森

山原学习之森毗邻该地区世界自然遗产的核心区域，在远离人烟的原始环境中提供住宿与餐食服务。位于森林之上的草坪小丘——观星山丘可将广阔夜空尽收眼底。此外，森林中还设有高架步道，游客可在远离地面的步道上，欣赏被树冠环绕的震撼星空。

4. 安田秧鸡互动公园

这座公园是国头村内最为幽暗的区域之一，同时也是保护冲绳秧鸡的重要基地，这种不会飞的鸟类曾一度濒临灭绝。园内的高尔夫球场有许多观星点，游客可以躺在草坪上欣赏满天繁星。在观星的同时，可能还会听到冲绳秧鸡利用强壮的双腿攀爬树枝、寻找夜栖之处时发出的“ki-ki-ki”鸣叫声。

<繁体字>

國頭村的觀星據點

國頭村長年致力於減少光害以守護自然夜空，成果備受肯定，村內更有四處據點獲得國際暗空協會認證。本地擁有純淨無光害的夜空，讓遊客得以在自然環境深處體驗宇宙的璀璨光輝。

1. 國頭村森林公園

這座公園位於山原地區世界自然遺產入口處，距離邊土名海岸地區僅需 5 分鐘車程。園區內設有露營區、度假屋、樹屋，還有山原森林玩具美術館。此外，公園更配備了最高放大倍率達 300 倍的 400 公釐高性能天文望遠鏡，能以驚人的清晰度觀測遙遠星系的細節。如欲預約夜空之旅或天文觀測導覽，請洽詢國頭村森林公園事務所。

2. 奧山原之里

此設施坐落於奧川流經的山谷間，內有 6 棟沖繩傳統風格度假屋可供住宿。河畔是絕佳的觀星地點，星空在周圍群山漆黑的剪影襯托下，顯得格外璀璨。河流的南北走向有助於觀星者辨別方位，而潺潺流水聲更為觀星體驗增添幾分靜謐氛圍。

3. 山原學習之森

山原學習之森鄰近本地世界自然遺產的核心區域，提供在遠離塵囂的原始環境中住宿與用餐的機會。矗立於森林之上的小山丘「觀星之丘 (Stargazing Hill)」綠草如茵，是能將廣闊夜空盡收眼底的絕佳場所。此外，遊客漫步於森林深處的高架步道，還可透過樹冠縫隙欣賞夜空中的繁星美景。

4. 安田秧雞互動公園

這座公園是國頭村最為幽暗的區域之一，致力於保育曾經瀕臨滅絕、無法飛行的鳥類——山原秧雞。園區內的高爾夫球場設有多處開闊草地，遊客可在此呈「大」字型愜意躺臥，仰望滿天星斗。在這裡，或許還有機會聽見秧雞以結實有力的雙腳攀上樹木、棲息於枝桠間時所發出的「ki-ki-ki」叫聲。

<日本語仮訳>

国頭村の星空の場所

国頭村は、光害を抑え自然の夜景を保護する村の取り組みが評価され「ダークスカイ・インターナショナル」から認定された4つのスポットがある場所です。このエリアにある真っ暗な空は、ここを訪れる人たちにとって、自然の環境で宇宙の輝きをどっぷりと体験できる格好の条件を提供しています。

1. 国頭村森林公園

この公園は、やんばる地域の世界自然遺産の入口にあたり、辺土名海岸地区から車で5分の場所です。キャンプ場やゲストコテージ、ツリーハウス、やんばる森のおもちゃ美術館があります。また、この公園は、最大300倍の高倍率を誇るパワフルな400mm天体望遠鏡を備えており、この天体望遠鏡は遠く離れた銀河を驚くほど鮮明に観測することができます。ナイトスカイツアーや天体観測ガイドは、国頭村森林公園事務所で手配いただけます。

2. 奥やんばるの里

奥川の流れる谷間に囲まれたこの施設には6棟の沖縄古民家風コテージの宿泊施設があります。川のほとりは、周囲の山々の暗闇のシルエットと対照的に燦然と輝く空をみられる景色があるため、天体観測に絶好のスポットです。川の南北の方角により、天体観測をする人は自分たちの方位がわかります；また、川の穏やかなせせらぎは天体観測体験を充実したものにしてくれます。

3. やんばる学びの森

地域の世界自然遺産の中核地帯に隣接するやんばる学びの森は、人里離れた自然の環境で夜を過ごし食事をする宿泊機会を提供しています。森のうえにそびえる芝生の広がる丘、Stargazing Hillでは、広大な夜空を一望できます。森の中の地上から高く離れた散策路では、訪れる人たちは木々の陰に囲まれる星々の印象的な景観を楽しむことができます。

4. 安田くいなふれあい公園

国頭村の中でもひと際暗い場所であるこの公園は、かつて絶滅の危機に瀕していた飛べない鳥、Okinawa rail（ヤンバルクイナ）の保護活動に取り組んでいます。ゴルフコースには、訪れる人たちが芝生に大の字で寝そべて満点の星空を観察できるスポットがたくさんあります。そこで、がっしりとした足を使って木々に登り枝にねぐらを探すクイナの「キキキ」と鳴く声を聴くことになるでしょう。

【タイトル】 国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/国頭村の星空保護区

【想定媒体】 Web

<簡体字>

山原暗夜森林项目

“山原暗夜森林”保护区是日本第五个获得“暗夜国际”认证的区域。该认证旨在表彰积极维护、保护自然夜景的公园或地方社区。要获得国际暗夜公园这一认证，该地区需满足若干核心标准，例如：

- 与周边地区相比，拥有显著黑暗的夜空
- 光污染程度较低
- 制定并实施完善的照明管理方案
- 向公众开放夜间观星活动
- 获得当地社区与政府的支持

所有认证地均需接受定期监测，以确保持续符合上述标准。

“山原暗夜森林”由国头村下辖的四座公园组成：

- 国头村森林公园
- 奥山原之乡
- 山原学习之森（Yambaru Discovery Forest）
- 安田秧鸡互动公园（Ada Kuina Fureai Park）

由于远离冲绳本岛人口密集地区，山原一带相对较少受到光污染影响。极为黑暗的夜空和得天独厚的低纬度使其成为理想的观星之所，在这里可以看到国际天文学联合会划分的全天 88 个星座中的 82 个，以及全部 21 颗一等星。即便具备如此优越的先天条件，为获得“暗夜公园”的认证仍需付出巨大努力。

<繁体字>

「山原暗空森林」推動計畫

「山原暗空森林」是日本第五處獲得國際暗空協會認證的區域。該協會致力於表彰積極維護與保護自然夜景的公園與社區。欲獲得「國際暗空公園」認證，該地區必須符合多項核心條件，包括：

- 相較於周邊地區擁有格外漆黑的夜空
- 極低的光害水平
- 完善的照明管理計畫
- 夜空景觀對公眾開放，供民眾觀賞
- 獲得在地地區與地方政府的支持

通過認證的區域需定期接受監測，以確保持續符合相關標準。

「山原暗空森林」由國頭村內的以下四座公園所組成：

- 國頭村森林公園
- 奥山原之里（奥やんばるの里）
- 山原學習之森（やんばる学びの森）
- 安田秧雞互動公園（安田くいなふれあい公園）

山原地區遠離沖繩本島的人口密集區，因此相對未受光害影響。極致漆黑的夜空加上低緯度的地理優勢，而成為絕佳的觀星勝地，天文愛好者在此能欣賞到國際天文學聯合會所定義的全天 88 星座中的 82 個，以及全數 21 顆一等星。儘管具備如此優越的先天條件，取得暗空公園認證仍需付出重大努力。

<日本語仮訳>

「Yambaru Dark Sky Forest」の取り組み

「Yambaru Dark Sky Forest」は、自然の夜景の積極的な維持・保護に努める公園や自治体を評価する「ダークスカイ・インターナショナル」の認定を受ける日本で 5 番目の区域です。ダークスカイ・パークとして認定を受けるため、区域はいくつかの主要条件を満たす必要があります；以下はその例です。

- 周囲の地域と比較して非常に暗い環境の星空
- 光害の影響が少ない
- 包括的な照明の管理計画
- 夜空の景観の一般への公開
- 地域の人々とその自治体双方からの支援

認定施設はこれらの基準を確実に順守するため、定期的モニタリングを受けます。

「Yambaru Dark Sky Forest」は、国頭村内の村が管理する次の4つの公園で構成されています。

- 国頭村森林公園
- 奥やんばるの里
- やんばる学びの森
- 安田くいなふれあい公園

沖縄本島の人口密度の高い地域から遠く離れた土地であるために、やんばる地域は光害の影響を比較的受けずにいます。真っ暗な空に低緯度に位置するという特徴は天体観測に最適な環境で、天体観測者は国際天文学連合が定義する全天88星座のうち82星座と、21の1等星すべてを観察することができます。それでも、ダークスカイ・パークの認定を受けるためには多大な努力を必要としました。

【タイトル】 国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/国頭村の取り組み
(光害対策など)

【想定媒体】 Web

<簡体字>

国头村如何达成暗夜公园认证标准

为获得“国际暗夜公园”认证，国头村实施了一项旨在减少光污染的详细管理计划。光污染不仅会损害野生动物、遮蔽夜空景观，还会造成能源浪费。

该计划涵盖了对四个认证公园内照明设施的全面改造，确保亮度和照射方向等符合限制要求。不符合标准的灯具被更换、拆除，或调整为向下照射。约有 300 盏照明设备按计划完成了改造，而在这一过程中积累的经验，也被进一步应用到全村其他照明改善项目中。

此外，国头村还与饮料企业展开合作，针对日本最常见的人造光源之一——自动售货机采取措施。当地运营商同意关闭机器上强度较高的照明，这一举措显著提升了公园及全村范围内的夜空能见度。

为满足认证机构“暗夜国际”提出的公众教育要求，国头村还举办了一系列面向居民和游客的各类观星活动，旨在通过这些活动提高公众对光污染给生态系统造成影响的认知，并推动对自然夜空的保护。游客可自由参加由国头村森林公园事务所组织的观星之旅及其他相关活动。

<繁体字>

國頭村如何達成星空保護區的認證標準

為取得「國際暗空公園」認證，國頭村制定並執行了詳盡的管理計畫以減少光害。眾所周知，光害不僅對生態系統造成負面影響，亦會遮蔽夜空景觀，並導致能源浪費。

該計畫涵蓋村內四座指定公園，針對照明設備進行全面檢討與改善，以符合對亮度與照射方向的限制。凡未達標準的照明設備，皆予以更換、拆除，或調整為向下照射。目前已有約 300 組照明設備完成改善，而在此過程中所累積的經驗與知識，亦被進一步應用於村內

其他的照明改善措施。

此外，國頭村亦與多家飲料廠商合作，針對日本最常見的人造光源之一——自動販賣機——進行調整。在地業者同意關閉販賣機原本強烈的照明，此舉大幅提升了公園及全村星空的能見度。

為符合國際暗空協會對於公眾教育的要求，國頭村積極舉辦一系列針對在地居民與遊客的觀星活動。這些推廣計畫旨在提高大眾對光害影響生態系統的認識，並促進自然夜空的保護。我們誠摯邀請遊客參與由國頭村森林公園事務所規劃的觀星之旅及各項體驗活動。

<日本語仮訳>

国頭村が星空保護区の条件を満たした方法

ダークスカイ・パークの認定を受けるため、国頭村は、光害を減らすために細かな管理計画を履行しました；光害は生態系への悪影響や、天体観測への障害、エネルギー浪費などの影響があると知られています。

この計画には、明るさや照明の方向における制約に従うため、4つの対象公園にわたって照明を変更することが含まれました。基準を満たせなかった照明は交換・撤去するか、あるいは下へと向きが変えられました。およそ300台の照明器具が計画に準拠し、得られた知識は今度は村中のそのほかの照明に関する取り組みに適用されています。

国頭村はまた、日本において最も一般的な人工的な照明の一つである自動販売機に対処するため、飲料会社とも提携しました。地域の事業者は自社の機械のパワフルな照明のスイッチをオフにすることに合意しました；公園と村中の星空の見やすさを劇的に改善した措置です。

認定を行う組織であるダークスカイ・インターナショナルの公教育要件を満たすため、国頭村はさまざまな自治体や観光者向けの天体観測イベントを催しています。これらのプログラムは生態系への光害の影響への意識を啓発し、自然の夜空の保護を推進しています。訪ずれる人たちは、国頭村森林公園事務所が催行する天体観測ツアーやその他アクティビティに自由に参加することができます。

【タイトル】国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/国頭村森林公園

【想定媒体】 Web

<簡体字>

暗夜森林地点一覧：

国頭村森林公園

国頭村森林公園位于山顶，距离边土名沿海地区仅需短途车程。这里是通往山原地区世界自然遗产的入口，周围环绕着郁郁葱葱的亚热带森林，栖息着众多珍稀的本土物种。公园在规划设计上充分考虑了夜间观星体验，多处观景平台建于树冠之上，可将四周景色尽收眼底。

这里是冲绳岛内唯一配备 400 毫米大口径天文望远镜的露营与住宿设施。望远镜最高支持 300 倍放大，能够清晰呈现恒星、行星、星云、月球表面的环形山，以及遥远的星系的细节。冬季夜空格外通透，明亮的群星与猎户座标志性的“腰带”尤为醒目。

公园内铺设了维护良好的步道，蜿蜒穿行于森林之中，让游客有机会在自然环境中近距离观察当地的野生动植物。夜幕降临，森林焕发生机。夏季可聆听罕见的琉球拇棘蛙清脆有力的鸣叫，也能看到萤火虫闪烁的光影。附近的小径通往边土名湖，在晴朗无风的夜晚，满天星斗会倒映在湖面之上。

公园内提供多种住宿选项，包括大型露营地、树屋、独立小屋，以及适合家庭或团体入住的客房。呼应公园的观星主题，这些客房以当地人对星辰的传统称呼命名，如“Ninufabushi”（北极星）和“Muribushi”（昴宿星团）。露营、住宿、夜空观测之旅及望远镜观测指导均可在国頭村森林公園事務所預約。

<繁体字>

暗空森林據點一覽：

國頭村森林公園

國頭村森林公園是一處位於山頂的遊憩區，距離邊土名海岸地區僅一小段車程。這裡是通往山原地區的世界自然遺產的門戶，周遭的亞熱帶森林鬱鬱蔥蔥，孕育著眾多珍稀特有物種。公園的設計旨在讓遊客盡情地仰望夜空，因此設有多處矗立於林冠層之上的展望台，供人 360 度環視四周美景。

這裡是沖繩本島唯一配備 400 公釐高性能天文望遠鏡的露營住宿園區。該望遠鏡最高放大倍率達 300 倍，能以驚人的清晰度將繁星、行星、星雲、月球表面的隕石坑，甚至是遙遠的星系盡收眼底。冬季夜空澄澈，閃耀的群星與獵戶座標誌性的「腰帶三星」更是璀璨奪目。

園區內維護完善的步道蜿蜒穿梭，讓遊客能在島嶼的大自然中，近距離感受野生動物的氣息。夜幕低垂後，森林更顯生機勃勃。夏日黃昏，一閃一閃的螢火蟲漫天飛舞，珍稀的赫氏拇棘蛙清脆響亮的鳴聲迴盪林間。小徑通往邊土名湖，在無風的晴朗夜晚，滿天星斗倒映在平靜的湖面，景色清幽醉人。

公園提供多種住宿選擇，包括寬敞的露營區、樹屋、小木屋，以及適合家庭或團體入住的度假屋等。為呼應公園的觀星主題，兩棟度假屋分別以北極星與昴宿星團的沖繩語名稱命名為「Ninufabushi」與「Muribushi」。如欲預約露營或住宿設施，以及夜空之旅或天文觀測導覽，請洽國頭村森林公園事務所。

<日本語仮訳>

ダークスカイ・フォレストの場所：

国頭村森林公園

国頭村森林公園は辺土名の海岸地区から車ですぐのところにある山の上に設けられたレクリエーションエリアです。希少種・固有種が数多く生息する緑豊かな亜熱帯の木々が生い茂るやんばる地域の世界自然遺産の入口となっています。公園は夜空を楽しめるようになっており、森の上に立つ高台からは全方向にパノラマビューが広がります。

ここは、沖繩島では唯一の、パワフルな 400mm 天体望遠鏡を備えたキャンプ・宿泊施設です。この天体望遠鏡は最大 300 倍の高倍率を誇り、星々、惑星、星雲、月のクレーターができた表面、そして遠く離れた銀河までも驚くほど鮮明に観測できます。冬には、明るく輝く星やオリオン大星雲の特徴的なベルトが澄んだ夜空に現れひととき目を引きまします。

整備の行き届いた道が公園内をうねるように通っており、訪れる人たちに島の自然の環境で地元の生態系を目にする機会を与えています。夜も更けると、森中が活気に包まれます。夏の夕暮れ時には、宙にホタルの明滅する光が飛び交い、珍しいホルストガエルの力強い鳴き声が響き渡ります。一つの小道は、穏やかで雲ひとつない夜空に満天の星が水面に映る辺土名湖へとつながっています。

公園は広々としたキャンプ場、ツリーハウス、バンガロー、そしてご家族やグループでの利用に適したゲストハウスなど、一泊できるさまざまな宿泊機会を提供しています。公園の天体観測というテーマに沿う上で、このゲストハウスは現地の言葉で星の名前が付けられています：にぬふあぶし（北極星）とむりぶし（すばる星）です。キャンプやその他の宿泊施設、ナイトスカイツアーや天体観測ガイドは、国頭村森林公園事務所でご予約いただけます。

【タイトル】国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/奥やんばるの里

【想定媒体】 Web

<簡体字>

奥山原之乡

奥山原之乡是一处休闲设施，位于国头村面向太平洋一侧，距离冲绳本岛最北端的边户岬不远。这里隐于狭长的山间谷地之中，僻静幽深，是静心观赏夜空的理想之地。该区域内的路灯及其他公共照明设施均已按照“暗夜国际”的标准完成改造。

贯穿山谷南北的奥川河岸是绝佳观星位置，这条河的天然走向为观星提供了清晰的方位参照——面向大海的方向始终可以找到北极星（当地方言中称之为“Ninufabushi”）。而朝相反方向望去，则可以欣赏到随季节更替而变化的星座景象：冬季是猎户座，春季是狮子座，夏季是天蝎座，秋季则是飞马座。此外，在这里还能看到月亮从东边群山的幽暗轮廓间升起的震撼画面。

当地独特的氛围进一步丰富了观星体验。奥山原之乡的设计再现冲绳传统村落风貌，红瓦屋顶的传统小屋和镇宅的石狮像相映成趣。每栋小木屋均配有厨房与烧烤露台，柔和的灯光与潺潺流水声营造出当地传统生活的宁静氛围。推荐躺在河畔，伴着漫天星光，聆听潺潺流水声与琉球角鸮独特的鸣叫声（ko-hok, ko-hok），这种小型猫头鹰是当地特有的物种。

<繁体字>

奥山原之里

奥山原之里（奥やんばるの里）是位於國頭村太平洋側的休閒園區，鄰近沖繩本島最北端的邊戶岬。園區隱身於狹長山谷中，環境清幽，是靜心觀賞星空的絕佳場所。這裡的所有路燈及其他公共照明設備，均已依照國際暗空協會的標準完成改善。

園區內最佳的觀星點位於貫穿山谷、由南向北流的奧川河畔。奧川的流向是辨識方位的天然指標，面向大海的方向即可找到北極星（沖繩語「Ninufabushi」）。若往相反的方向

轉身，則可觀賞隨季節更迭的星座——冬季的獵戶座、春季的獅子座、夏季的天蠍座以及秋季的飛馬座。此外，皎潔明月從東邊群山漆黑的剪影後方緩緩升起，亦是此地令人難忘的絕景。

這裡獨特的氛圍讓觀星體驗更加豐富。奧山原之里以沖繩傳統聚落為設計概念，建有紅瓦屋頂的度假屋，以及據說能辟邪化煞的守護神風獅爺像。每棟度假屋均配備廚房與烤肉露臺。屋內透出的柔和燈光與河川潺潺水聲，交織出古樸的沖繩生活情調，營造迷人的夜間氛圍。遊客不妨愜意地躺在河畔，一邊仰望星空，一邊聆聽本地特有的小型夜行性貓頭鷹——琉球角鴉所發出的「ko-hok、ko-hok」獨特鳴叫，享受與大自然合而為一的靜謐時光。

<日本語仮訳>

奥やんばるの里

奥やんばるの里は、沖縄本島の最北端に位置する辺戸岬からそう遠くない国頭村の太平洋側にあるレクリエーション施設です。人里離れた環境（狭い山間の谷に包まれた）が施設を静寂な星空の観測に最適な場所としています。この区域の街灯もその他の公共照明設備もすべて、ダークスカイ・インターナショナルの基準を満たすよう変更されています。

最適な天体観測スポットは、南から北へと谷を縫うように流れる奥川のほりです。この自然の方向合わせが天体観測の基準点となり、北極星（現地の方言で「にぬふあぶし」）を常に海の方角に見つけることができます。反対の方角には一年を通して季節で変化する星座を見ることができます；冬にはオリオン座、春にはしし座、夏にはさそり座、そして秋にはペガサス座が現れます。この場所は東の方角にも、もう一つの忘れられない景色を見せてくれます；山々の漆黒のシルエットの向こうから月が昇る様子です。

天体観測体験をこの場所に漂う雰囲気さらに充実したものにしています。沖縄の昔の村落を再現した奥やんばるの里には、伝統的な赤瓦のコテージと、悪霊を追い払うと言われる守り神のシーサー像があります。コテージにはそれぞれ、キッチンとバーベキューができるテラスが付いています。コテージの柔らかな灯と川のせせらぎが伝統的な沖縄の生活感を想起させ、夜の情景の雰囲気を高めています。訪れる人たちは川のほりで自由に寝そべることができます；ここでは、星々の景色と、この地域固有の小型フクロウのリウキウコノハズクが表現する独特の鳴き声（コホーツ、コホーツ）を楽しめます。

【タイトル】国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/やんばる学びの森
【想定媒体】 Web

<簡体字>

山原学习之森

山原学习之森（Yambaru Discovery Forest）是一处紧邻当地世界自然遗产区域的环境教育与住宿设施。四面群山环抱、森林密布，是国头村四处“暗夜森林”中距离人烟最远的一处。园区内所有照明均符合“暗夜国际”的标准，就连步道上的路灯也加装了遮光罩，防止光线向上泄漏，在保护自然夜色的同时，让游客沉浸式感受暗夜之美。

紧邻酒店被草坪覆盖的“观星山丘（Stargazing Hill）”是最佳观星点。360度视野中，超过一半是世界自然遗产森林，还能看到冲绳本岛最高峰、海拔 503 米的与那霸岳山的剪影。虽然在国头村所有获得认证的地点都能看到银河，此处的景象尤为清晰，观星者可以轻松追踪银河横贯夜空的壮丽轨迹。

环绕四周的森林为观星增添了丰富的“自然音景”，包括琉球溪树蛙洪亮有力的鸣叫声。

山原学习之森的另一大特色是丰富多样的住宿形式与完善的配套设施，包括帐篷营地、房车露营区、宿舍式及双床酒店客房、餐厅、研习室以及公共浴场等，所有设施都与原生森林景观融为一体。周边设有不同长度的自然观察步道，夜间漫步时，可透过树冠间隙欣赏满天星斗。各类自然观察项目与观星导览活动均可在前台预约。

<繁体字>

山原學習之森

山原學習之森（やんばる学びの森）緊鄰世界自然遺產區域，是一處結合環境教育與住宿體驗的複合式設施。這裡被茂密的森林群山環繞，是國頭村四處暗空景點中位置最為隱密的一處。園區內所有照明均符合國際暗空協會的標準，即便是步道路燈也加裝了燈罩以避免光線向上逸散，讓遊客能在不影響純淨夜空的前提下，盡情感受壯麗的自然夜景。

園区内最佳的觀星點是「觀星之丘（Stargazing Hill）」，位於住宿設施旁一座綠草如茵的小山丘上。由此處 360 度環視，視野所及超過一半是世界自然遺產的森林，還可遠眺沖繩本島最高峰——海拔 503 公尺的與那霸岳剪影。雖然在國頭村所有獲認證的暗空景點皆可觀賞銀河，但在此處所見的銀河格外清晰鮮明，觀星者能輕易飽覽銀河如光之長河般橫越天際的壯闊軌跡。

入夜後，周遭廣闊森林中的生靈彷彿為觀星活動奏響豐富的自然樂章，其中包括體型嬌小的本土樹蛙——琉球河鹿蛙發出響亮而獨特的鳴叫聲。

山原學習之森的特色在於多樣化的住宿選擇與設施，包含露營區、露營車營位、旅館客房（含通鋪與雙人房）、餐廳、研習室以及公共大浴場，全數皆被原始森林所環抱。多條長短不一的自然觀察步道自園區延伸而出，遊客在夜間漫步時，可透過樹影構成的天然畫框，窺見滿天星斗的絕景。各式自然體驗活動與觀星導覽行程，皆可於櫃檯預約安排。

<日本語仮訳>

やんばる学びの森

やんばる学びの森は地域の世界自然遺産に隣接した環境教育・宿泊施設です。全方向で深い森林に覆われた山々に囲まれ、国頭村の 4 つあるダークスカイ・フォレストの場所の中でも一番人里から離れています。施設の照明はすべて、ダークスカイ・インターナショナルの基準を満たしています；散策路の外灯さえも、光が上部に漏れないようにフードを被せてあり、訪れる人たちが印象的な自然の夜の景観を保全しながら体験できるようにしています。

天体観測に最適なスポットが「Stargazing Hill」で；施設のホテル隣にみえる芝生が茂る丘です。360 度の景色の半分以上が世界自然遺産の森の一部で、（沖縄本島で最高峰である 503m の）与那覇岳のシルエットも含まれます。天の川は国頭村のダークスカイ施設のすべてで一年を通して観察できますが、特によく見えるのがここ；天体観測をする人は簡単に、空を流れるその道を観察することができます。

周囲に広がる森からは天体観察に合わせてある音が夜に響き渡ります；樹上棲の小さなリュウキュウカジカガエルの力強い鳴き声などです。

やんばる学びの森の施設の特徴は、多岐にわたる宿泊施設やアメニティです；テントやオートキャンプ場、ホテル客室（ドミトリーやツインルーム）、レストラン、セミナールーム、そして共用の浴場施設など、そのすべてに原生森の風景があります。そばにはさまざまな長さの自然散策路があり、ナイトウォークでは木々の陰に囲まれる印象的な満天の星々を空に見ることができます。多岐にわたる自然のプログラムや天体観測ガイドツアーはフロントデスクで手配できます。

【タイトル】 国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/安田くいなふれあい公園

【想定媒体】 Web

<簡体字>

安田秧鸡互动公园

安田秧鸡互动公园（Ada Kuina Fureai Park）被选定为暗夜保护区，得益于其位于山坳中远离居民区的独特地理位置，这里是国头村内最昏暗的区域之一。公园致力于保护日本唯一不会飞的鸟类——冲绳秧鸡。

园内的公园高尔夫球场有多处观星点，游客可以躺在草坪上仰望星空，看到许多独特的星座。当地居民发现，在一年中的不同时节，夜空中会出现形似冲绳秧鸡的星群，这种不会飞的鸟类正是该村的象征。通过相关照片，可以看到这些被称为“吉祥物星座”的星群随着季节更替而呈现出雌鸟与雄鸟位置上的变化，不变的是结实的身形和修长的双腿。

在公园观星时，往往还能听到周围森林中秧鸡寻找夜栖之处、攀爬上树时发出的“ki-ki-ki”叫声。夜间使用公园需在营业时间内前往公园事务所提前办理相关手续。

<繁体字>

安田秧雞互動公園

安田秧雞互動公園（安田くいなふれあい公園）因遠離聚落，且坐落於丘陵間的窪地，成為國頭村光害最少、最為幽暗的區域之一，也因此獲選為暗空據點。這裡致力於保育日本唯一無法飛行、且被列為國家天然紀念物的稀有鳥類——山原秧雞。

位於展示設施旁的公園高爾夫球場擁有寬廣的草地空間，遊客可在此呈「大」字型愜意躺臥，盡情仰望夜空。在此還能觀賞到獨具在地特色的星座。國頭村居民在不同季節，能辨識出天空中形似於村落象徵——山原秧雞的星座圖案。不妨參考照片，尋找雄鳥與雌鳥這對「吉祥物星座」在不同季節的位置；星點連線勾勒出這種擅長奔跑的鳥類，其結實身軀與修長雙腿的模樣。

來此觀星的遊客，或許有機會聽到山原秧雞在周圍森林中攀爬樹木、尋覓棲息枝桠時所發出的「ki-ki-ki」叫聲。如欲在夜間使用公園設施，請於營業時間內洽詢公園事務所預約安排。

<日本語仮訳>

安田くいなふれあい公園

安田くいなふれあい公園は、人里から遠く離れた周囲の丘陵地帯の窪地にある国頭村の中でもひと際暗いエリアの一つということでダークスカイ施設として選ばれました。この公園は、日本のまったく飛べない鳥である天然記念物、Okinawa rail（ヤンバルクイナ）の保護に取り組んでいます。

展示施設の隣にある、パークゴルフ場には夜空の下で芝生に大の字で寝そべられるスポットがたくさんあります。天体観測に訪れる人たちはここでいくつかの珍しい星座を観察できます。国頭村に住む人たちは、一年のさまざまな時期に、村の象徴でもあるクイナに似た星座群を見つけています。写真から、この「マスコットの星座」のオス・メスのいる季節ごとに変わる位置を確認できます；がっしりとした身体と長い足が特長の、走るのが早い鳥です。

天体観測に訪れる人たちはこの公園で、周りの森でねぐらを探して木々に登るクイナの「キキキ」と鳴く声を聴くことができるでしょう。夜間の公園への入園の手配は、営業時間内に公園事務所で行うことができます。

【タイトル】 国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/道の駅ゆいゆい国頭

【想定媒体】 Web

<簡体字>

道之驿：Yui Yui 国头

位于国头村西海岸的“Yui Yui 国头”是由当地政府运营的一家“道之驿”（日本的一种集休息、信息与地方交流功能于一体的公路综合服务设施）。作为日本 1200 多处道之驿中的一员，这里是游客与当地居民经常来往的中途停靠点，配备有停车场、洗手间、购物区、餐饮设施以及旅游咨询处。“Yui Yui”这一名称源自当地方言“Yuimaru”，意为互助协作，体现了该设施“将人与人连接起来”的理念。

中央购物区主营适合作为伴手礼的本地特产，包括口感温润的绿茶“奥绿（Okumidoricha）”，以及以国头村的象征、珍稀且不会飞的鸟类——冲绳秧鸡为图案的陶瓷制品。鲜鱼店销售来自国头渔协的新鲜海产，旁边的农贸市场则提供菠萝、芒果、柑橘及苦瓜等新鲜的当地蔬果。

设施内的餐厅供应地道冲绳料理，设有顶棚的室外美食广场汇集了五家特色摊档：从冲绳荞麦面、寿司、刺身，到牛肉、猪肉或山羊肉汉堡与咖喱饭，乃至冲绳特色甜点“萨塔安达吉”（一种油炸点心），一应俱全。

室外游乐区和室内儿童空间适合家庭休憩。“Yoshaa! 国头体验室”则通过互动展品与英文解说，生动展示了国头村的文化传统与季节庆典。

<繁体字>

道之驛：結結國頭

結結國頭（ゆいゆい国頭）是位於國頭村西海岸的道之驛（道路休息站），隸屬於國頭村公所。這裡作為日本全國 1,200 多處道路休息站之一，深受遊客與在地居民喜愛，設有停車場、洗手間、購物區、餐飲區以及旅遊服務中心。「Yui Yui（結結）」源自沖繩語「Yuimaru（結）」，象徵沖繩傳統的互助精神，也傳達出該設施致力於「將人與人連結

起來」的理念。

位於主建築內的購物區陳列著琳瑯滿目的在地特產，是選購伴手禮的絕佳去處。人氣商品包括口感圓潤的「奧綠茶」，以及繪有國頭村象徵、珍稀且不會飛的「山原秧雞」圖案的陶藝品。鮮魚區販售由國頭漁港直送的新鮮海產，旁邊的農產直銷所則提供新鮮的當季蔬果，例如鳳梨、芒果、柑橘類，以及在沖繩料理中常見的苦瓜等。

主建築內的餐廳供應多種沖繩特色料理；另一邊的單層平頂建築內的騎樓式美食區則設有 5 個攤位，亦提供豐富的在地風味。餐點包括沖繩麵、壽司、生魚片、漢堡（可選牛肉、豬肉或山羊肉口味）、咖哩，以及類似炸甜甜圈——沖繩開口笑等代表性點心。

此外，這裡還設有戶外遊樂場與室內兒童遊戲區，非常適合親子同樂。主建築內的「Yoshaa！國頭體驗室」則透過附有英文說明的互動式展示，介紹本地的傳統文化與季節性慶典活動。

<日本語仮訳>

道の駅：ゆいゆい国頭

ゆいゆい国頭は国頭村の西海岸にある道の駅で、自治体が所有しています。日本に 1200 以上ある駅の一つで、観光客や地域住民が多く行き交う途中駅です；駐車場所のほか、お手洗いやショッピングエリア、食事処、そして観光案内があります。ゆいゆいという名前は現地の方言ゆいまーるからきており、伝統的な相互扶助の仕組みを指す言葉で、施設の「人と人を結ぶ」というコンセプトを反映しています。

中央のショッピングエリアの目玉は、お土産に最適な地元の特産品です。これらには、まろやかな緑茶のおくみどり茶や、国頭村の象徴である珍しい飛ばない鳥の Okinawa rail（ヤンバルクイナ）をイメージにあしらった陶器があります。鮮魚店は国頭漁協から仕入れた新鮮な海産物を販売しており、隣接する農家直売所では、パイナップルやマンゴー、柑橘類、そしてゴーヤ（苦瓜）のような沖繩の特産品など新鮮な季節の農作物を販売しています。

施設内のレストランでは、沖繩の名物料理が提供されています；また、屋根付きの屋外フードコートには地域料理を販売する 5 店の屋台があります。沖繩そば麺や、寿司、さしみ、バーガー（牛肉、豚肉、ヤギ肉）、そしてカレーから、沖繩の特製「ドーナツの穴」のお菓子であるサターアングギーといった地元の焼き菓子まで、幅広い品揃えがあります。

ご家族連れの方は、屋外の遊べる場所や、屋内キッズスペースを楽しむことができます。ここにある「よっ

「じゃあ！国頭体験室」は、ふれられる展示で村の文化伝統や季節のお祭りを紹介しています；英語の説明文付きです。

【タイトル】国頭村星空紹介 Web ページ「Yambaru Dark Sky Forest」/道の駅やんばるパイナップルの丘安波

【想定媒体】 Web

<簡体字>

道之驿：山原菠萝之丘・安波

山原菠萝之丘・安波（Yambaru Pineapple Hills Aha）是一处位于国头村东海岸的“道之驿”（日本的一种集休息、信息与地方交流功能于一体的公路综合服务设施）。作为日本1200多处道之驿中的一员，这里为游客和当地居民提供停车、购物、休憩、旅游咨询等便民服务。

该驿站的理念是推动与当地脆弱生态系统和谐共存的负责任旅游。中央大厅内汇集并销售种类丰富的当地特产，包括产自山原地区的咖啡豆、精酿啤酒，以及以桶柑（Tankan）、香檬（Shikuwasa）等酸味柑橘制成的饮品。T恤、手提袋等伴手礼上，则印有国头村象征——不会飞的冲绳秧鸡的插画。

小吃吧提供多种当地特色美食，包括冲绳风味拉面、姜烧猪肉，以及使用珍贵的阿古猪肉制作的汉堡。阿古猪是一种源自冲绳的本土黑猪品种。咖啡区还供应菠萝冰沙、菠萝蛋糕和山原香蕉面包等。

如果游客对夜间观星感兴趣，菠萝之丘・安波还设有豪华露营地、桑拿设施和烧烤设备。位于高处的观景平台矗立在森林树冠之上，在这里可一览辽阔的天空、周围的林海以及太平洋的壮丽景色。沿着步道前行，还可抵达建于野生动物常来饮水点上方的观察小屋。

为支持地区的可持续发展，驿站还配备了共享办公空间，设有独立办公位、研习室、木工工坊和食品加工工坊。作为连接当地居民、游客与企业协作的枢纽，持续孵化扎根社区的创新项目。

<繁体字>

道之驛：山原鳳梨之丘安波

山原鳳梨之丘安波（やんばるパイナップルの丘 安波）是位於國頭村東海岸的道之驛（道路休息站）。這裡作為日本全國 1,200 多處道路休息站之一，為遊客與在地居民提供停車場、購物區、洗手間以及旅遊資訊等多項便利服務；其理念則為推廣與當地脆弱生態共存的「倫理旅遊」。

主建築內的伴手禮區販售多種在地商品，包含山原產的咖啡豆、精釀啤酒，以及由桶柑、香檬等柑橘類水果所製成的飲品。印有國頭村象徵——不會飛的「山原秧雞」圖案的 T 恤與托特包，更是引人注目的紀念品。

餐飲區供應多種在地風味餐點，例如沖繩拉麵、薑燒豬肉，以及使用有「夢幻之豬」美稱的阿古豬（源自琉球原生種的沖繩品牌豬）所製成的漢堡。咖啡廳亦販售鳳梨冰沙、鳳梨酥以及山原香蕉蛋糕等甜點。

針對喜愛觀星的遊客，設有豪華露營區、帳篷三溫暖與烤肉設備。登上主建築頂樓的展望台，可一覽遼闊的天際，俯瞰周圍茂密的林冠，並眺望太平洋壯麗的景致。穿過步道抵達「觀察棟」後，也可居高臨下觀看戶外下方的小水池，等待野生動物前來飲水的身影。

為支持在地永續發展，設施內還配置了共用工作空間，設有單人包廂、研討室、木工室以及烹飪教室，成為連結在地居民、遊客與企業的交流樞紐，進而促進以社區為基礎的創新發展。

<日本語仮訳>

道の駅：やんばるパイナップルの丘 安波

やんばるパイナップルの丘 安波は道の駅で、国頭村の東海岸にあります。日本に 1200 以上ある駅の一つで、観光客や地域住民に駐車場所やショッピングエリア、お手洗い、観光案内、そしてその他アメニティを提供しています。

駅のコセプトはこのエリアの壊れやすい生態系と共存するエシカルツーリズムを推進することです。中央のホールでは多岐にわたる地元産の製品を販売しています；具体的にはやんばる栽培のコーヒー豆や、クラフトビール、そしてたんかんやシークワサーなどの酸っぱい柑橘類から作った飲み物などです。T シャツやトートバッグなどのお土産品には国頭村の象徴である飛べない鳥、Okinawa rail（ヤンバルクイナ）のイラストを使ったものが目を引きます。

飲食店では沖縄ラーメンや、ジンジャーポーク、そして（沖縄に伝わる在来種の黒豚を交配させてできた）幻のあぐー豚肉を使ったバーガーなど、地元料理を提供しています。カフェではパイナップルスムージーや、パイナップルケーキ、やんばるバナナのパンなども販売しています。

天体観測に興味のある訪問者向けに、パイナップルの丘 安波にはグランピングキャンプ場や、サウナ、バーベキュー設備があります。高台の展望デッキが森の上にそびえ、空、周囲の森林地帯、そして太平洋という広大な景色を見渡せます。散策路は、野生動物がよく訪れる水飲み場の上に建てられた観察棟へと続いています。

持続可能な地域の発展をサポートするうえで、施設はまた、個室ブース、会議室、木工房、食工房のあるコワーキングスペースを備えています。地元住民や訪問者、企業とのコラボのためにハブとして利用でき、新たなコミュニティベースのイニシアチブの成長を促進しています。