

越後妻有大地藝術祭

任何想過走出美術館的圍牆、全身心沉浸在藝術中的人，一定要去看看「越後妻有大地藝術祭」。這一戶外現代藝術盛典每三年舉辦一次，以十日町和津南町共計 760 平方公里的區域為展台，規模相當宏大。

藝術祭希望透過融入自然和公共空間的藝術作品，探索藝術、生態和社區的交匯點。設在特定地點的藝術裝置作品被打造成自然景觀的一部分，它們出現在農田、小巷、民宅、空置的建築外，以及公園和庭園中。此外，在松代雪國農耕文化中心「農舞台」和越後妻有里山現代美術館（MonET）內也有展出。

「越後妻有大地藝術祭」於 2000 年創辦。自此之後，藝術家們在這裡打造了許多常設作品，全年皆可欣賞。2018 年，中國建築師馬岩松（1975- ）和 MAD 工作室將清津峽健行隧道改造成了「Tunnel of Light」（光之隧道），在日本乃至世界都獲得了好評。藝術節舉辦期間，整個十日町化身為一大沉浸式的當代藝術天堂，除了常設展，還會增加許多臨時展出。

雪穴

這種類似北極圈因紐特人建造的冰雪小屋，在當地叫「ホンヤラドウ」（honyarado）。搭建雪穴是十日町的冬季活動「趕鳥」中的一個環節。

趕鳥活動是十日町與農業相關的一種傳統，通常在每年 1 月 14 日夜裡舉行。屆時，孩子們唱著《趕鳥歌》在街上巡遊，把手中的拍子木擊得邦邦響，模擬驅趕害鳥，保護新一年的莊稼。表演結束後，孩子們會從大人那裡得到年糕和甜點作為獎賞，接著就可以在雪穴裡的炭爐上烤年糕，和朋友們一起邊吃邊玩，在雪夜中一起度過一段快樂美好的時光。

如果在冬季去過日本北部的其他地方，也許會見到被稱為「かまくら」（Kamakura）的類似雪屋。十日町的「ホンヤラドウ」名稱可能出自《趕鳥歌》中模仿驅鳥反覆出現的象聲詞「honyara」（噓聲）。

河流階地

信濃川兩側呈階梯狀隆起的河岸，平坦得令人懷疑出自人工。但其實這是一種被稱為「河流階地」的自然地形，也是 1 萬多年前人類選擇在此定居的理由之一。

十日町位於大斷層沿線，兩個板塊週期性的擠壓導致地面隆起。河流階地開始形成於大約 40 萬年前，水流在隆起的土地中間沖刷出了河床，地殼運動又使得河流兩岸持續隆起。水往低處流，河流不斷改變方向，過了一段時間，又侵蝕出一條新的河床，而同時，舊的平坦河床也保留下來。這一過程在數千年的時間中不斷反覆，最後形成了現在的階地。

階地為人們提供了定居從事農耕所需的平坦土地。即使到今天，這片平地上依然有廣袤的水田和點點農舍，斜坡上森林鬱鬱。這裡是日本保存最完好的河流階地之一。

松之山溫泉

日本是著名的「溫泉之國」，處處可見火山活動和斷層線，熱泉就從這些斷層線中冒上地表。每座溫泉都有自身的特色，像是十日町山間的古老溫泉小鎮「松之山溫泉」，就是一處特別神奇的地方。

松之山溫泉位居「日本三大藥湯」之列，14世紀開始，就有人來此療疾養生、放鬆身心。這裡的溫泉水以蘊含多種礦物質聞名。日本法律規定，只有蘊含19種具備療癒效果的礦物質中的一種，並且濃度達標，才能被認定為溫泉。而松之山溫泉的泉質達到了8種礦物質的標準值，其中，具有抗真菌和抗細菌作用的硼酸含量還居日本最高水平。

因為松之山溫泉的礦物質遠遠高於人體細胞液內濃度，所以單純的滲透壓就能讓這些礦物質被人體吸收。日本有句俗語：溫泉治百病，除了相思病。如果來到松之山，請一定要親身驗證這句話的真假。

釀酒

新潟縣（瀉，音同「戲」）是日本酒窖最多的地方。三大釀酒的理想條件——來自融雪的軟水、盛產大米、漫長的嚴冬，新潟可謂一應俱全。

要釀酒，水是關鍵。清酒中水的含量大約占80%，幾乎每道工序都會用到水。任何清潔的水都可以用來釀清酒，但礦物質含量少的軟水，則能讓清酒的口感更為柔和順滑。釀酒的另一大要素是大米，新潟的夏季日照時間長，平均氣溫在24.5°C左右，晝夜溫差大，擁有種植大米的理想環境。與此同時，新潟多雪的冬季持續嚴寒，為釀造創造了穩定的氣溫條件。且這段時間農民正值農閒，又為釀酒業提供了充足的勞動力。

十日町兩處古老的酒窖是1896年創辦的松乃井酒造和1873年創辦的魚沼酒造，歡迎到這裡開始您的「在新潟尋訪清酒之旅」！