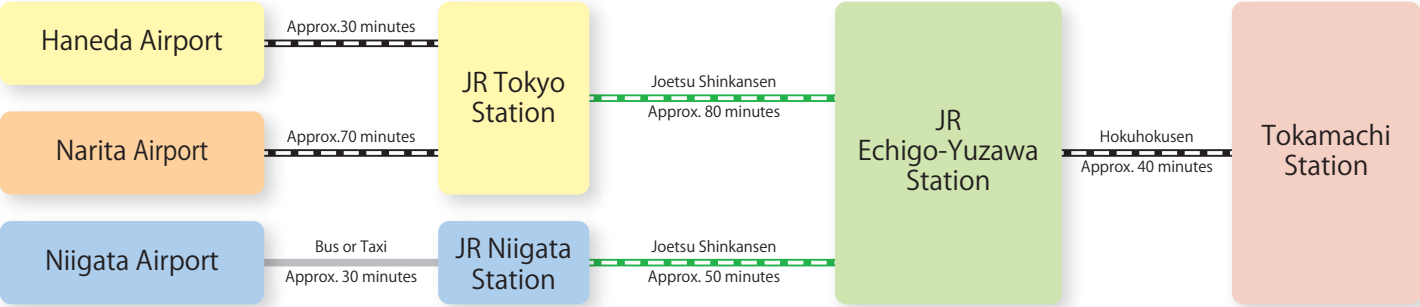
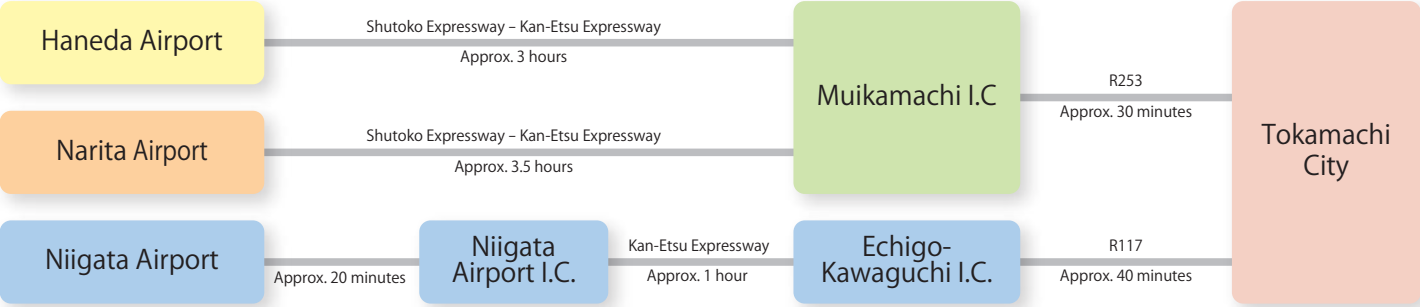


Getting to Tokamachi Access from the Airport

By Train (JR Tokamachi Station)



By Car



Bus

Echigo Kotsu	TEL 025-757-2103
Tokei Bus	TEL 025-599-2312
I.K Alliance	TEL 025-279-1212

Taxi

Tokamachi Taxi	TEL 025-752-3184
Jikkou Taxi	TEL 025-752-3146
Akashi Taxi	TEL 025-757-3360
Showa Transport	TEL 025-768-2237
Tobu Taxi	TEL 025-597-2254

Rental Cars

Miyuki Rental Cars	TEL 025-757-0008
Toyota Rental Cars	TEL 025-752-6100

※Taxi and car rental are great ways to get around Tokamachi City.

Tourist Information

Tokamachi Tourist Information	TEL 025-750-1277
Matsudai and Matsunoyama Onsen Tourist Information	TEL 025-597-3442
Michi no Eki 'Cross 10'	TEL 025-757-2323
Tokamachi Tourist Association	TEL 025-757-3345

Country Code (JAPAN) , +81

For tourism inquiries, contact:

Tokamachi City Tourist Association (9:00-17:00)
「Tokamachi Tourist Information」 251-17 Asahi-Cho Tokamachi, Niigata, 948-0079
TEL 025-750-1277 FAX 025-757-5150 <https://www.tokamachishikankou.jp/ch/>

*The information in this brochure is current as of 9/30/2019. There may be changes, so please confirm before visiting.

简体字



Tokamachi Guidebook
Snow Country
TOKAMACHI

十日町市観光指南
雪国——十日町



松之山温泉街



十日町雪祭



雪屋(用雪建造的房间)



瀬戸口(SETOGUCHI)的雪景



芝峠温泉



十日町和服女王



越后妻有 雪烟火



玩雪橇



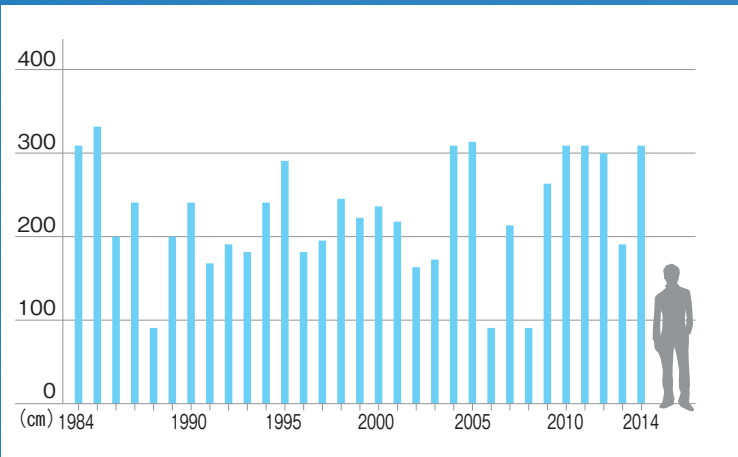
妻有猪肉



在道路旁形成的雪壁



除雪车



全年最大积雪深度图表(1984~2014)

温泉是疗愈日本人身心的绿洲。十日町市各地都有不同泉质的温泉，供来访的人们在此洗涤旅途的疲惫。尤其是在深雪环绕下的温泉街和“雪见風呂”(赏雪温泉)，更是充满日本风情，在日本人之间也颇有人气。

“十日町雪祭”是从1950年开始的，目的是让为了漫长阴暗的雪国冬天变得更加明亮欢乐。

说到自古以来利用豪雪之便玩的游戏，就是制作“雪屋”了。把雪堆起来压硬，再将中间挖空，享受在雪屋里吃饭、游玩的乐趣。另外还有滑雪橇、制作雪雕等各式各样的玩雪方式，乐趣无穷。如果肚子饿了，就试试看十日町名产——妻有猪肉吧！

与现在不同，以前的雪国生活非常艰困，既没有除雪水管、也没有除雪机器。人们只能利用木制的铲子“KOSHIKI”和“足撬”等微乎其微的道具，进行扫除屋顶上的积雪等作业。不过，现在的除雪、融雪技术非常发达，已经能确保积雪时市中心的交通顺畅了。

十日町市位于新潟县南部，是从东京搭乘电车2小时、开车约3小时即可抵达的地方。这里因为是日本屈指可数的豪雪地带而闻名，冬天会积雪2m～3m，为日本国家指定特别豪雪地带。冬季放晴的日子，闪闪发光的雪景非常美丽，能疗愈人心，拜雪所赐，这里有丰富的山泉水，孕育出美味的野菜和蔬菜、稻米。十日町的人们创造了雪国独特的文化和产业、风俗习惯，与雪同生共存。

Snow Country TOKAMACHI

雪国——十日町

星峠梯田雪景
全国(日本国内)知名的“星峠梯田”。随着四季和时间而变幻的梯田景观，会带来神秘而神圣的氛围。冬季的雪景固然优美，不过请大家在来之前先确认天候及除雪状况，切勿勉强来访。



星峠梯田



The Four Seasons of TOKAMACHI

十日町的四季

双眼欣赏、舌尖品尝，这是红叶与丰收的季节。

山村的稻田中结满了丰饶的稻穗。
这片金黄色，就是美味白米的象征。
芒草散发金银光辉，为群山染上绫罗绸缎般的色彩，
迎接十日町美丽“美味”的秋天来临。



美人林



春季

大地从漫长的冬季中苏醒，草木一同冒出嫩芽。

春天的到来，融雪让稻田充满了雪水，
花儿绽放、嫩叶生长、虫儿也动了起来，
春天的气息拂过各个地方。
雪国十日町引颈期盼的春天，终于来临了。

夏季



清津峡溪谷隧道

Ma Yansong / MAD Architects "Tunnel of Light"

冬季

白雪交织而成的物语，传达了人们的温暖。

在十日町，自红叶即将结束的晚秋起，就要开始准备过冬了。
晴朗的冬季早晨，附近一带的辽阔银色世界散发令人忍不住噤声的美。
在与雪交战、与雪共生之中，
孕育出爱雪、活用雪、享受雪的心灵。



蓝天、白云、绿色群山。太阳的季节到来了。

十日町在夏天时堪称户外活动王国。
以日本第一大河“信浓川”和绿意丰富的大自然为舞台
您可享受激流泛舟、独木舟、
山间散步、骑自行车、露营等
各种户外活动的乐趣。

秋季



Rolling Cylinder, 2012
Carsten Holler (比利时/瑞典)
越后妻有里山现代美术馆
“KINARE”内
(十日町市本町6)
(Photo by Tsutomu Yamada)

为了许多失去的窗户
内海昭子(日本)
桔梗原润公园内(十日町市桔梗原KI 1463番地1)
(Photo by Tsutomu Yamada)



脱皮之家
鞍挂纯一+日本大学艺术学部雕刻科自愿者(日本)
十日町市峠776(星峠)
(Photo by Tsutomu Yamada)



重生城市
Pascale Marthine Tayou (喀麦隆/比利时)
松代“农舞台”附近(十日町市松代3743-1)
(Photo by Takenori Miyamoto + Hiromi Seno)



越后松之山“森林学校”KYORORO
手冢贵晴+由比(日本)
十日町市松之山松口1712-2
(Photo by Tsutomu Yamada)



Kiss & Goodbye
几米(台湾)
越后水泽站(十日町市马场甲)
(Photo by Gentaro Ishizuka)



松代雪国农耕文化中心「农舞台」
MVRDV (荷兰)
十日町市松代3743-1
(Photo by Tsutomu Yamada)

Echigo-Tsumari Art Field

T KAMACHI

大地艺术节之乡——十日町

每3年会举办1次全世界最大规模的国际艺术节“大地艺术节越后妻有Art Triennale”的舞台——越后妻有地域(新潟县十日町市·津南町),有“大地艺术节之乡”之称。艺术节的目的在于以艺术为媒介发掘潜藏于地域内的各种价值,进而提高其魅力,传播至全世界,构筑地域再生之道。艺术节期间当然不用说,在其他时间也有艺术作品供游客欣赏。本页介绍的就是常设展示的作品及展示设施。(部分作品在维护中或冬季期间不提供鉴赏,敬请提前洽询。)



Palimpsest:pond of sky
Leandro Erlich (阿根廷)
十日町市本町6丁目
(Photo by Osamu Nakamura)

光之馆
James Turrell(美国)
十日町市上野甲2891
(Photo by Tsutomu Yamada)



花开妻有
草間彌生(日本)
松代“农舞台”附近(十日町市松代3743-1)
(Photo by Tsutomu Yamada)



钵&田岛征三 绘本与木实美术馆
田岛征三(日本)
十日町市真田甲2310-1
(Photo by Takenori Miyamoto + Hiromi Seno)

雪国体验

雪鞋

雪鞋是让您轻松享受雪上漫步乐趣的装备。在松软的新雪上走路，感觉非常棒。在市内有几个整备充足的场地，能让您享受穿雪鞋在雪上漫步的乐趣。



充气滑雪垫

充气滑雪垫是在瑞士诞生的全新冬季运动。只要趴在全身滑雪垫上，就能体验极致速度感。刺激满点，保证让您玩一次就上瘾。



雪屋体验

这是在日本的雪国代代相传，于元宵节进行的传统活动。人们会制作如照片一般的雪屋，在里面祭祀水神。这种雪制成的房屋就叫做“雪屋”。

农业体验

十日町的农业也非常有名，出产越光米和当地蔬菜等农产品。您想不想置身于丰饶的大自然，体验插秧和收割稻米、采草莓等于当地进行的农业呢？



采草莓



插秧体验

户外活动体验

在气候稳定的季节，您能通过山间散步、激流泛舟等户外活动，体验十日町丰富大自然美景。与伙伴们一起乘船顺流而下的激流泛舟、在山中悠哉漫步，体验大自然的山间漫步，以及尽情徜徉被自然环绕的山间露营等。十日町的户外活动选择十分多元。



山间散步



激流泛舟

手工艺体验

织品体验(织/染)

十日町自古以来就是知名的织品城镇。以“织、染体验”为首，这里有许多能体验“技艺、产业、文化”的设施。



除雪体验

在日本屈指可数的豪雪地帶十日町，在冬季的生活中除雪作业是少不了的。除雪体验是在安全的场所，运用铲子或雪铲学习基础除雪，第一次尝试的人都能安心参加。此外，我们也希望参加的人能和在雪国生活的人们交流，与雪更亲近。



玩雪橇

我们准备了自古流传下来的木制雪橇和最新的雪橇。孩子们当然能玩得不亦乐乎，连大人都能重拾童心，在纯白的银色世界中欢乐玩雪橇。

滑雪、滑雪板

位于十日町市内的滑雪场都是出类拔萃的滑雪场，拥有各自的优点。从滑雪、滑雪板的初学者到携家带眷的游客、高级者都能尽情享受滑雪的乐趣。



雪上摩托车



Experiences in TOKAMACHI

十日町市体验导览

您想不想在大自然环绕的十日町市，体验雪国、农业、户外活动、手工艺呢？在自古存在至今，堪称日本原始风景的景色中，与生活在当地的人交流，一定能成为美好的旅游回忆。

Snow Country
NIIGATA JAPAN
十日町



日式年糕

将糯米蒸过后，用杵和白捣到糯米变得黏稠，接着再捏成圆形或扁平状等形状，沾砂糖酱油或黄豆粉等调味品尝。在日本，自古以来就有在过年或值得庆祝的时候“捣年糕”来吃的习惯。

日本酒(十日町的当地酒)

产米盛地—十日町市也是很有名的酒产地。雪国十日町以大自然孕育的米和水，还有藏人(=酿酒师傅)的技术为傲。这个地方酿的酒，口味和其他酒完全不同。敬请细细品味十日町的当地酒。



汤治猪(妻有猪)

用63~68度的松之山温泉源泉的温泉热，低温真空调理妻有猪的熟成肉约2小时所制成。您可品尝到透过低温慢慢加热才能实现的多汁柔软极致美味。

妻有猪

妻有猪是在追求安全、安心、美味下培育出的名牌猪肉。为了培养出健康的猪而打造完美的环境、为了在饲养时不依赖抗生素等物质而花费更多工夫，都让妻有猪的脂肪能在低温融解，色泽纯白且富含甜味，红肉则柔软而有嚼劲，甘甜鲜美的肉质，把妻有猪的美味浓缩在肉里。

十日町受到大自然的眷顾，有许多在此培育的丰富美食。米、日本酒、荞麦面、品牌猪、当地蔬菜、野菜、蘑菇等，一年四季都能尽情享受活用各个季节的新鲜极品食材制作的传统乡土料理、创作料理等多采多姿的饮食文化。

Local Cuisine in TOKAMACHI

十日町市名产(美食)

十日町产的米

新潟县是日本最美味的米产地。其中更以十日町市主要生产的“鱼沼产越光米”为全国(日本国内)顶级稻米，美味闻名遐迩。豪雪带来的清凉融雪水富含矿物质，再加上早晚的寒暖温差能够培育出饱满而有弹性，同时带着些微甘甜的丰富口味。生产者们投注感情培育十日町产的米，粒粒都仿佛珍珠一般散发光辉，是美丽而美味的米。



越后姬(草莓)

越后姬是新潟县产的名牌草莓。甜味很强，与酸味平衡得恰到好处。多汁而柔软的口感让越后姬草莓的人气非常旺。



饭团

这是将米饭调味，或是在饭里加料后捏成三角形、椭圆形、球状等形状的食物。保存性、携带性都很棒，而且可以直接用手拿着吃，因此在日本自古至今都是相当受珍视的携带食品或便当料理。



片木盒荞麦面

十日町市因为荞麦面店而闻名。这里的荞麦面特征是加入名为布海苔的海藻当混合材料，弹性强、好入喉就是其人气火热的原因。欢迎您搭配当地采收的当季蔬菜、野菜、蘑菇等制成的天妇罗一起品尝。



围炉里的用餐光景

在日本的古老农家，大家都会围着围炉里(IRORI=农家等在房间的地板上挖出一个四方形，于其中点火当暖炉、炊煮用的装置、火炉)一起吃饭，度过一家和乐融融的时光。直到现在，十日町市仍然有用这种令人怀念的“围炉里”品尝古早乡土料理的地方。





扔女婿(传统活动)

这是将刚新婚的女婿从药师堂高5公尺左右的腹地内扔下来的奇特祭典。此举是祝福新婚的夫妇、祈求夫妻羁绊更深刻而举行。



涂墨(传统活动)

将名为“赛之神”的神事(别名:岁德烧)烧出的灰烬和雪混在一起,一边互相涂抹在彼此的脸上,一边说:“恭喜!”是为了祈求无病息灾、家业繁荣的元宵节活动。“赛之神”为守护道路安全的神明,延至近代亦有祈求良缘、夫妇圆满、安产的神明。



越后松代冬之阵

最隆重的压轴好戏“攻下松代城!”标高差约200m的会场和山顶“松代城”,全程约3km有各种难关的雪中竞赛,比赛看谁最先抵达松代城的雪中铁人竞赛。



中里雪原嘉年华

为十日町深山地区象征春天即将到来的雪上活动祭典中瞩目焦点是约2万根雪地蜡烛布满整面滑雪坡道、绚烂烟火及火把滑降为如梦似幻的银色世界添增色彩。除此之外,亦提供许多丰盛的美食供游客享用。

Festivals and Events in TOKAMACHI

十日町市 祭典、活动导览

与雪共生、亲近的雪国——十日町的冬季活动,让十日町区在这个时节吸引许多人们来访,非常热闹。



越后妻有 雷烟火

大地艺术节相关活动之一,每年3月都会放冬季烟火。雪原中绽放的灿烂烟火和光影艺术打造的缤纷幻想冬夜,欢迎您一同来欣赏。



十日町雪祭

透过市民手工制作的“雪艺术作品”、提供温馨款待的超人气“祭典广场”等,打造乐趣横生、魅力十足的雪祭。

FESTIVAL & EVENT CALENDAR

※时期将有可能因天候而变更,敬请提前咨询。

January 节季市(Chinkoro Markets)

(10日、15日、20日、25日)

扔女婿、涂墨(奇特祭典)(15日)

February 十日町雪祭

(中旬~下旬)

March 越后妻有 雪烟火(2月下旬~3月上旬)

川西雪祭(月上旬)

中里雪原嘉年华(月上旬~中旬)

越后松代冬之阵(月上旬~中旬)

松之山温泉滑雪场滑雪嘉年华(中旬~下旬)

April 野口水芭蕉祭(中旬~5月下旬)

May 十日町和服祭(3日)

和服之都织品展(中旬~下旬)

June 笹山绳文节(月上旬)

July 千手观音十七夜祭(16日、17日)

松代观音祭(下旬)

August 盛夏雪祭(14日)

十日町夏日祭(25日~27日)

September 赤仓神乐(第1个周六)

千手神社秋季大祭(月上旬)

小白仓红叶祭(奇特祭典)(第1个周日)

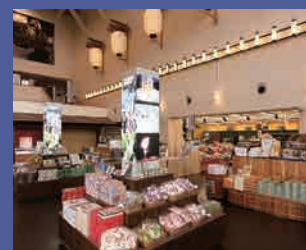
October 诞生地祭(第2个周末)

荞麦面之乡越后十日町当地荞麦面祭(中旬~下旬)



Neige

十日町的观光吉祥物。
雪之妖精,诞生于1994年。



道之驿 CROSS TEN 十日町

最大的土特产店。除了购买当地农产品、酒、日本传统服饰配件等特产之外,还能在咖啡厅享用当地食材制成的美味料理。购物完可以到位于旁边的温泉“KINARE明石之汤”疗愈旅途的疲惫。



十日町市博物馆

这里展示了包含县内唯一国宝“火焰型土器”在内的“笹山遗迹出土品”。除此之外,您还可在此看见雪国的生活道具、纺织用具等展现十日町地方与雪、织品、信浓川共生共存的贵重文化财产。



十日町产业文化发信馆IKOTE

1楼的咖啡厅&酒吧提供使用当地新鲜食材烹调的午餐及县内酒藏的日本酒。2楼的交流空间则会举办各式各样的活动。这里重现了过去曾是十日町风物诗的防雪屋檐下空间——雁木。



大严寺高原露营地

占满天水山山腰的高原露营地。除了帐篷营地和独栋小木屋之外,供出租的烤肉炉和钓具也很准备周到。您还可体验立桨冲浪和北欧式健走等活动的乐趣。此外,秋天的红叶更是美不胜收。

Touring onsen & Accommodation in TOKAMACHI

十日町 温泉巡礼 & 住宿导览

温泉巡礼导览

环绕着十日町市的群山，深深眷顾着我们居住的里山，而知名的日本传统文化“温泉”。以日本三大药汤“松之山温泉”和“清津峡温泉”为首，市内各地都有温泉涌出。不同的地点拥有不同的泉质，因此您可以享受变化丰富的泡汤乐趣。

松之山温泉乡

位于新潟和长野县境多雪山间的温泉乡。传说在15世纪后半，这里曾是守护越后地区的上杉家的秘密温泉，其功效之高，自古以来就为人们所知。1940年代后半，这个温泉乡的盐分强到可以采盐，因此即使在冬天，温泉也不会变冷。由于药效很强的关系，被列入日本三大药汤之一。



十日町站附近等市区地带都有商务饭店和旅馆，会用竭诚尽心的“款待”来迎接您的光临。

住宿导览

泡完温泉后，您是不是想悠悠哉哉地度过时光呢？您是不是想在大自然的环绕下、在清新的空气中，不需理会周遭的人们，自由地度过呢？如果这是您的希望，我们介绍的住宿设施绝对适合推荐给您。温泉饭店、旅馆、酒店，以及其他能体验现代艺术的住宿设施、能体验古早日本生活的农家民宿等各种风格的住宿设施，竭诚欢迎您的莅临。

* Closed for Winter ■Country Code(JAPAN), +81

Name	Type	Telephone Number	URL
Hotel Belnatio	Hotel(Hot Spring)	025-758-4888	http://www.belnatio.com/
Hotel New Tokamachi	Hotel	025-752-7400	http://www.new-tokamachi.co.jp/
Hotel Shimizu	Hotel	025-752-2058	http://www.hotel-simizu.com/
Hotel Mukadeya	Hotel	025-757-1177	http://www.mukadeya.net/
Haradaya Ryokan	Ryokan	025-752-2121	http://www.mars.jstar.ne.jp/~haradaya/
Ryokan Shimizuya	Ryokan	025-752-2477	http://ryokan-shimizuya.com/
Hayamaso	Ryokan	025-757-5760	http://tokamachi-ryokan.com/hayamasou.html
Yasuragi	Hot Spring Ryokan	025-757-1547	http://www.yasuragi-yado.com/
Yumotoso	Hot Spring Ryokan	025-752-2169	http://tokamachi-ryokan.com/yumotosou.html
Ichibankan	Ryokan	025-757-8837	http://tokamachi-ryokan.com/ichibankan.html
Minshuku Kamiya	Minshuku B&B	025-757-6896	http://tokamachi-ryokan.com/kamiya.html
Minshuku Bandai	Farm Minshuku B&B	025-752-6627	http://www.yado-bandai.jp/
Hyakunen no Yakata	Rental Japanese-Style Holiday Home	025-761-7123	http://www.100nennoyakata.com/
KOME HOME	Farm Minshuku B&B	025-755-5080	https://komehome.jp/
Hachane	Guest House	025-755-5777	http://hachane.com
Kayaya	Farm Minshuku B&B	025-755-5676	http://tokamachi-kayaya.com
Koryukan	Guest house	025-752-3289	https://www.tokamachishikankou.jp/ch/stay/tokamachi-area/kouryukan/
AB House	Minshuku B&B	025-755-5080	https://www.tokamachishikankou.jp/ch/stay/tokamachi-area/ab-house/
Minna no Ie	Guest house	025-755-5080	https://www.tokamachishikankou.jp/ch/stay/tokamachi-area/minna-no-ie/
Sakura House	Guest house	090-2761-3041	https://www.tokamachishikankou.jp/stay/tokamachi/sakurahouse/
House of Light	Guest House		http://hikarinoyakata.com/
Daichi	Farm Minshuku B&B	025-768-3583	https://www.tokamachishikankou.jp/stay/kawanishi/daichi/
Kiyotsukan	Hot Spring Ryokan	025-763-2181	http://kiyotsukan.com/
Setoguchi	Hot Spring Ryokan	025-763-2431	http://setoguti.info/
Hayashiya Ryokan	Ryokan	025-763-2016	http://www.hayashiya-ryokan.com/
Mion Nakasato	Hot Spring Health Center		http://nakasato-mion.com/
Sanzen	Farm Minshuku B&B	025-761-3721	https://nokasanzen.wixsite.com/sanzen
Unkai	Hot Spring Ryokan	025-597-3939	http://shibatouge.com/
Yama no Ie	Dormitory	025-595-6770	http://yama-no-ie.jp/
* Shedding House	Guest house	025-761-7767	http://www.tsumari-artfield.com/dappi/c_index.html
Hina no Yado Chitose	Hot Spring Ryokan	025-596-2525	http://www.chitose.tv/
Izumiya	Hot Spring Ryokan	025-596-2001	http://izumiya-inn.com/
Nomoto Ryokan	Hot Spring Ryokan	025-596-2013	http://nomotoryokan.com/
Shirakawaya	Hot Spring Ryokan	025-596-2003	http://shirakawaya.sakura.ne.jp/
Hotel Fukuzumi	Hot Spring Ryokan	025-596-2323	http://www.iijuyado.com/
Komeya Ryokan	Hot Spring Ryokan	025-596-2163	http://www.komeyaryokan.com/
Sake hotel TAMAKIYA	Hot Spring Ryokan	025-596-2057	http://www.tamakiya.com/
Ryounkaku	Hot Spring Ryokan	025-596-2100	http://www.ryounkaku.net/
Ryokan Myojyo	Hot Spring Ryokan	025-596-2544	http://www.myojyo.in/
Miyoshiya	Hot Spring Minshuku B&B	025-596-2017	http://minsyuku-miyoshiya.jimdo.com/
Kamosu mori	Hotel (Hot Spring)	025-596-2200	http://www.kamosumori.com/
Yu no Shima	Hot Spring Ryokan	025-596-3205	http://www.yunoshima.com/
Greenhouse Satomi	Farm Minshuku B&B	025-596-3492	http://satomi555.homepagelife.jp/
Sansho House	Ryokan	025-596-3854	http://www.sanshohouse.jp/
* Dream House	Guest house	025-761-7767	https://www.tokamachishikankou.jp/ch/stay/matsunoyama-area/dreamhouse/



清津峡温泉乡

静悄悄地存在于风光明媚的清津川溪谷的温泉乡，传说清津峡温泉是因为著名僧侣弘法大师而涌出来的。由于路况严峻的关系，清津峡小出温泉 直到最近才为人所知。



BELNATIO

位于十日町的当间高原渡假饭店“BELNATIO”。辽阔的腹地内有饭店、可与宠物一起住宿的独栋小木屋、温泉和露天浴池、包场浴池、餐厅、宴会结婚广场、高尔夫球场等各式各样的运动、休闲设施，还有非常多体验大自然等活动。