

发 现

# 三重

日 本





# 欢迎您到三重旅游观光!

三重大致位于日本列岛的中心，  
这里气候温暖，自古以来就是连接日本东部和西部的交通要地。  
三重有山有水，景致宜人，还有很多古代建筑文化遗产。  
您做好出游准备了吗？  
下面，就让我们为您介绍一下三重观光的主要景点吧。

## 三重的地理位置

三重大致位于日本列岛的中心——东海地区。  
从东京、大阪、名古屋来这里，交通非常方便；此外，三重离京都和奈良也很近，  
所以，每年都有很多游客到三重旅游观光。  
如果您到京都或奈良，途经三重而不游，那就太可惜了！  
请您一定光临三重！



## 三重的气候

三重紧临太平洋，四季分明。  
春夏秋冬，各有特色。  
夏季可以海水浴，6、7月间是梅雨期。  
冬季，即便是平原地区也时有降雪。  
春秋是旅游的最佳季节，来访的游客最多。

月平均气温(2001年~2005年平均)

Month	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Temperature (°C)	5.2	6.2	8.8	14.8	19.0	23.2	26.9	27.5	24.6	18.4	13.1	7.7

月平均降雨量(2001年~2005年平均)

Month	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Amount of rainfall (mm)	64.3	45.8	87.4	75.2	191.0	158.0	124.4	156.2	283.7	212.3	79.7	43.4

(观测地/津市)



出发前，请检索一下  
三重县旅游信息主页“三重观光指南”

到三重旅游之前，请不要忘了通过互联网了解一下最新信息！  
在三重县的主页“三重观光指南”中，  
您可以查阅到各种必要的观光、文化活动以及旅游精品路线等信息，非常简便！

[http://welcome.kankomie.or.jp/chinese\\_s/](http://welcome.kankomie.or.jp/chinese_s/)



您可以展开书后附带的三重县地图和路线图，  
与各页中的旅游信息对照查阅。  
每个旅游信息前都标有号码，  
与地图上的号码相对照，即可确认景点的位置。



# 北势地区



东海道繁荣之迹，今日犹存。

北势地区，北面是养老山地，西面耸立着铃鹿山脉。江户时代，这里曾是车水马龙，旅客来往不绝的交通要地；而东海道则是当时连接日本东西两地的主要道路。在四季美景中，历史遗迹吸引着游人的目光。



## 1 多度大社 (桑名市)

### 1 多度大社 (桑名市)

古代歌谣中就唱道：“参拜伊势可别忘了去多度……”，多度大社祭祀的是产业、工商业神，深得历代天皇崇敬。神社内有宝物殿，殿内陈列着奈良时代的重要文物，可供观赏。每年5月4日、5日，神社还举办以“跃马神事”而闻名的多度祭。

■从近铁多度站乘坐公共汽车5分钟，在“多度大社前”站下车。



## 2 关宿 (龟山市)

江户时代，这里是交通要道“东海道”上有名的旅馆镇。当时，携带众多侍从的地方豪族和去伊势参拜的旅客，往来于此，络绎不绝。至今，镇上仍留有200多所商家旧居。“关宿”作为古代东海道上唯一保存了旧时街道景观的旅馆镇，已被国家指定为重要传统建筑保护地区。

■从JR关站步行10分钟。



## 3 龟山城多门箭楼 (龟山市)

安土桃山时代建造的15米高的石墙和江户时代的城郭建筑遗存至今。已被指定为县历史遗产。

■从JR龟山站步行10分钟。



## 4 铃鹿环形赛车场 (铃鹿市)

拥有国际赛车跑道、游乐园和宾馆的综合娱乐休闲设施。这里还举办由著名的本田公司研制的双腿步行机器人“ASIMO”的表演。在附设的宾馆里可以洗温泉。

■从近铁白子站乘坐公共汽车15分钟，在“铃鹿环形赛车场”下车。



## 5 长岛温泉乐园 (桑名市)

“长岛温泉乐园”拥有许多惊险好玩的游乐设施；夏季开设的大型海水游泳池也十分有人气；园内的温泉设施“洗浴岛”，设有露天浴池等各种形式的温泉浴池。此外，超大型直销特卖商品街“爵士风情长岛”亦在紧邻。

■从JR·近铁桑名站乘坐公共汽车15分钟，在“长岛温泉”下车。



## 6 御在所山·汤山温泉 (菟野町)

### 6 御在所山·汤山温泉 (菟野町)

御在所山是铃鹿山脉的主峰。从山脚下的汤山温泉到山顶可以乘坐缆车。秋季，这一带的红叶非常美丽。山顶是开阔的自然公园。登上瞭望台，可以远眺伊势湾。山脚下的汤山温泉，会让您身心舒畅。

■从近铁汤山站乘坐公共汽车，在“汤山温泉”下车，步行10分钟。



## 7 万古里会馆 (四日市市)

万古烧是一种使用年代越久，光泽越温润，越富有韵味的陶器。这一传统工艺已有250余年的历史。会馆里，展示并出售万古烧陶器。

■从近铁川原町站步行5分钟。



## 8 桑名的街道 (桑名市)

江户时代，桑名曾是连接江户（现东京）和京都的主要道路东海道上的第42个旅馆镇，并由此发展至今。桑名城遗址，即现在的九华公园，是观赏樱木杜鹃花等花卉的名胜之所。公园周围的街道，仍依稀可见旧时的风貌。

■从JR·近铁桑名站步行15分钟。



## 9 六华苑 (桑名市)

六华苑是明治时代著名欧式建筑鹿鸣馆设计者的作品，它由四层塔楼的欧式建筑和有泉池回游庭园的日式建筑组合而成。已被指定为重要文化财产。欧式塔楼夜晚有梦幻般的灯影照明，到10点结束。

■在JR·近铁桑名站下车，步行20分钟。

## 10 铃鹿市传统产业会馆 (铃鹿市)

铃鹿与奈良并列为日本墨的两大产地。“铃鹿墨”和用于和服纹样染色的“伊势漏花纸”是铃鹿市有名的传统产业。会馆即为传承这些产业而建。在这里还可以体验“伊势漏花纸”的制作工艺。

■从近铁鼓浦站步行10分钟。



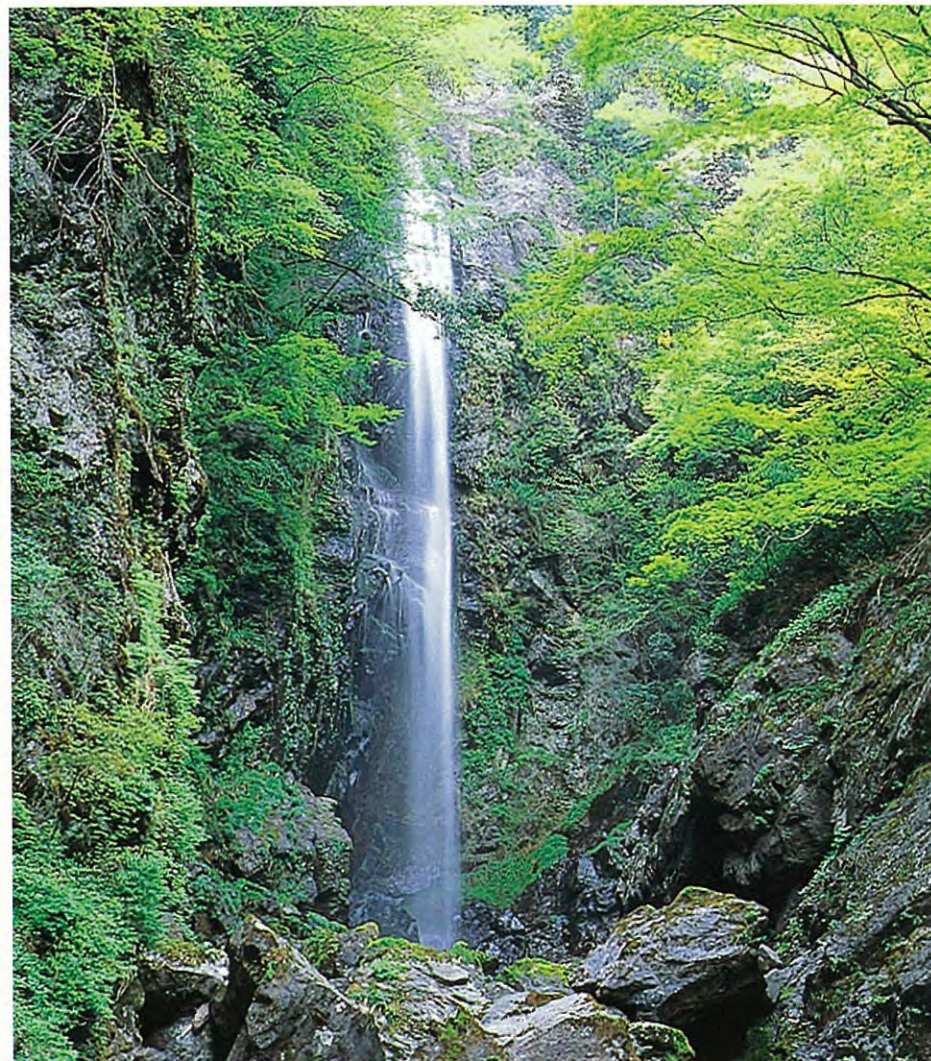


# 中南势地区



走进中部，饱览古迹与美景。

江户时代，作为地方诸侯的居住地和商人的活动中心，松阪是中部地区最具代表性的城市。众多外地商人和去伊势参拜的游客曾频繁往来于此。如今，市内各处仍留有許多历史遗迹，可以想象昔日的繁荣景象。此外，在大杉峡谷和奥香肌峡谷，还可以饱览大自然的壮丽景色。



## 1 奥香肌峡谷 (松阪市)

奥香肌峡谷位于栲田川上游一带，它以四季变幻的色彩，巨石和原生林，大大小小的瀑布，向我们展示着溪谷的壮美景色。  
■从JR·近铁松阪站乘坐公共汽车90分钟，在“斯梅尔宾馆”下车。

## 3 榊原温泉乡 (津市)

榊原温泉是日本三大名泉之一，历史悠久，在10世纪日本著名古典随笔“枕草子”中亦有记载。  
■从近铁久居站乘坐公共汽车30分钟，或在近铁榊原温泉口站乘坐公共汽车15分钟。



## 2 守城武士宅邸 (松阪市)

1588年建造的松阪城，只有石墙还在，此地现已成为公园，是观赏樱花的名胜之所。而当时在松阪城下担任守卫的武士们居住的19间武士宅邸，至今仍保存完好。有罗汉松树墙围绕的武士宅邸，坐落于石板路两侧，颇有风情。  
■从JR·近铁松阪站乘坐公共汽车，在“市政厅前”下车，步行5分钟。



## 4 真宗高田本山专修寺 (津市)

真宗高田本山专修寺是佛教真宗高田派的总寺院，也是县内最大的寺院。院内有御影堂等许多精美的建筑以及藏有国宝和重要文物的宝物馆。  
■在JR·一身田站，近铁高田本站或伊势铁路东一身田站下车，步行15分钟。



## 5 北畠氏馆遗址庭园 (津市)

位于北畠神社境内，被誉为日本三大武将庭园之一。据说为16世纪时的武将细川高国所造，是一座由水池与枯山水(用石、沙表现山水风景)式山石构筑而成的名园。  
■从JR·伊势奥津站开车10分钟。



## 8 美杉休闲乡 (津市)

在风光秀美的大自然中，建有游乐园、游泳池、牧场、体验工房等9处设施。这里住宿设施完备，您可以住下来悠闲地度假。  
■从JR·伊势八知站步行10分钟；或在近铁榊原温泉口站下车，乘坐免费接送的专车30分钟。要提前预约。



## 10 结城神社 (津市)

是祭祀拥戴后醍醐天皇实施“建武新政”的有功之臣——结城宗广公的神社。神社内有红、白、粉、单瓣、重瓣等千姿百态的梅花，其中，尤以300棵垂梅最为有名。  
■从JR·近铁伊势铁路津站，乘坐开往“米津”或“天白”方向的公共汽车14分钟。

## 6 斋宫历史博物馆 (明和町)

在斋王的宫殿和古代官署的遗址上建起的博物馆。斋王是代替天皇供奉伊势神宫的未婚公主。馆内展示着以遗址出土文物为主的各种资料，可以清楚地了解到斋宫的历史和文化。  
■从近铁斋宫站步行15分钟。



## 7 青山高原 (津市)

青山高原海拔600~700米，起伏平缓，4月上旬至5月中旬，杜鹃花红遍山野，景色十分壮观。这里有网球场、高尔夫球场和骑马俱乐部等娱乐设施，是高原休闲的胜地。  
■从近铁西青山站步行120分钟。



## 9 松阪商人宅邸 (松阪市)

江户时代，松阪曾作为商人城镇而荣盛一时。巨商小津家的宅邸，经过修缮，现已向游人开放。室内有各种珍贵资料的展示，可以了解到商人当时的生活情况。  
■在JR·近铁松阪站下车。





# 伊势志摩地区



大海将美丽的景色给予了这片土地。沿五十铃川清流而上，庄严古朴的伊势神宫就坐落于苍松翠柏之中。为了参拜圣地伊势，从古至今，每年都有许多人来到此地。伊势是“日本之旅的起点”，也是“日本文化的源泉”。伊势周围地域广阔的伊势志摩国立公园，海岸风光绮丽动人，这一带是日本屈指可数的观光休闲胜地。



## 1 夫妇岩 (伊势市)

两座礁石一大一小，以一条代表神圣意义的注连绳牢牢地连在一起，象征着男女间的结缘。这一景致深受人们的喜爱。夏至前后，还可以观赏到旭日从两石中间冉冉升起的景象，令人难忘。

■从JR二见浦站步行15分钟。

## 2 二见海洋乐园 (伊势市)

紧邻夫妇岩的二见海洋乐园，有海狮、海象、海豹等多种海兽，可谓“海兽王国”。在规定的时间内，还可以直接触摸它们，和它们一起照相。

■从JR二见浦站步行20分钟，或乘坐公共汽车5分钟。



## 3 环游鸟羽湾·海豚岛 (鸟羽市)

乘船环游鸟羽湾一周50分钟。游船在海豚岛、珍珠岛和水族馆靠岸，乘客可自由登岸观光。在海豚岛可以观看海豚表演和近距离与海豚接触；也可以登上瞭望台远眺，或沿岛上的观光步道漫步游览。

■从JR·近铁鸟羽站到佐田浜港步行5分钟。



## 4 宾日馆 (伊势市)

明治20年，为来伊势神宫参拜的宾客休息、住宿而建。无论建筑主体还是庭园都充分体现了日本传统建筑风格，细致而典雅。

■从JR二见浦站步行12分钟。



## 5 托福横丁 (伊势市)

位于伊势神宫前，是复原重建的古代传统街市。游人置身其中，可以领略到昔日的各种风情。在一座座仿古建筑中，您可以随意观看并选购三重丰富多彩的名产，品尝各种风味小吃和各式餐饮。

■从伊势神宫前步行5分钟。



## 6 伊势神宫 (伊势市)

具有两千多年历史的伊势神宫是全国所有神社的中心，也是日本最重要的神社之一。伊势神宫位于五十铃河畔，境内800余年树龄的神宫古杉环绕神域，参拜路上铺满了白色石子，气氛庄严肃穆。伊势神宫由内宫和外宫组成，据说内宫正殿是日本最古老的建筑式样，这里祭祀的天照大神是日本皇室的祖先。

■(内宫)从JR·近铁伊势市站或近铁宇治山田站乘坐公共汽车15分钟，在“内宫前”下车。(外宫)从JR·近铁伊势市站步行5分钟。



## 7 御木本珍珠岛 (鸟羽市)

是世界闻名的御木本珍珠发祥地。就在这座小岛上，御木本幸吉首次获得了世界养殖珍珠史上的巨大成功。在珍珠博物馆里，您可以非常详尽地了解有关珍珠的历史和知识，观看养殖工序的各种演示，欣赏精美的珍珠工艺品。此外，还可观看海女在海中潜水采珠的表演。

■从JR·近铁鸟羽站步行5分钟。



## 8 鸟羽水族馆 (鸟羽市)

拥有850种，大约2万左右海洋生物的世界顶级水族馆。在“人鱼之海”展区，有世界上唯一可以观赏到的一对雌雄儒艮在水中漫游，为一大看点。

■从JR·近铁鸟羽站步行10分钟。



## 9 海洋博物馆 (鸟羽市)

通过7个主题展览，介绍伊势志摩传统的捕鱼方法和海女的历史；介绍日本人与海洋的关系。馆内的日本木造船和世界各地的独木舟亦颇值得一观。

■从JR·近铁鸟羽站乘坐公共汽车在“海洋博物馆”下车，步行5分钟。



## 10 志摩西班牙村 (志摩市)

可以充分感受西班牙魅力的主题公园。这里有绚丽的彩车游行和卡通偶像等表演，为我们营造出童话般的世界。此外还有许多娱乐设施。

■从近铁鹫方站乘坐公共汽车13分钟。



## 11 合欢乡 (志摩市)

在英虞湾大王崎半岛上建起的规模巨大的休闲地。在这里可以体验帆船、独木舟等海上体育项目，也可以打高尔夫球、网球及射箭等。此外，这里还有四季鲜花盛开的花园和天然温泉。

■从近铁鹫方站乘坐公共汽车15分钟，在“合欢乡”下车。



## 12 伊势·安土桃山文化村 (伊势市)

再现日本战国时代(15~16世纪)的游乐园。通过游览象征性建筑安土城，在大剧场观看古典戏剧和忍者打斗等表演，您可以轻松地了解到日本战国时代的风貌。

■从JR二见浦站步行12分钟。



## 13 志摩海洋乐园 (志摩市)

在英虞湾的志摩海洋乐园里，有翻车鱼、放电鳗鱼等许多有趣的鱼；还可以看到海女潜水喂鱼食的情景。

■从近铁贤岛站步行2分钟。





# 伊贺地区



## 欢迎光临“忍者”的故乡

伊贺处于群山环抱之中，是一个美丽的历史文化名城。以“忍者”发祥地著称，从古代的诸侯之城发展到今天。著名的俳人芭蕉就是从这里踏上旅途的。上野城的诸多古迹，令人联想起昔日景象。在伊贺观光，会让您感受到历史的伟大与神秘。此外，自东向南的山间地带被指定为国立公园，您可以利用不同的季节，享受徒步旅行等的乐趣，欣赏大自然赋予的美丽的四季风光。



### 1 上野城 (伊贺市)

上野城城墙高达 30 米，高度为日本第一，是伊贺地区的中心城市上野市的标志。从上野城天守阁眺望望去，整个上野市街尽收眼底。上野城周围一带为上野公园，也是观赏樱花的胜地。

■从近铁上野市站步行 5 分钟。



### 2 伊贺流忍者博物馆 (伊贺市)

忍者，是指大约 400 年前，在日本各地武士争战的年代里，曾大显身手的古代间谍。在博物馆的忍者住所，女忍者向大家介绍其中的各种机关；在忍者体验馆、忍者传承馆，可以触摸忍者的道具，了解使用方法和平时鲜为人知的忍者的真实情况。

■从近铁上野市站步行 5 分钟。

### 3 俳圣殿 (伊贺市)

上野是日本短诗（俳句）的代表诗人松尾芭蕉 (1644 ~ 1694) 的出生地。俳圣殿是模仿芭蕉旅途中头戴斗笠的身姿而建造的意境风雅的建筑。殿内安放芭蕉像。

■从近铁上野市站步行 5 分钟。



### 4 美纳德青山休闲中心 (伊贺市)

位于辽阔的青山高原上。这里既有网球场、高尔夫球场等体育设施，又有住宿设施。在这里可以体验用薰衣草、香草等自然的花草芳香使身心得到放松的芳香疗法。

■从近铁伊贺神户站乘坐迎送专车 (需要预约) 30 分钟。



### 5 正月堂 (伊贺市)

作为奈良东大寺二月堂的别院而建造的观音提寺，以“正月堂”之名广为人知。这里有每隔 33 年才公开一次的国家级重要文物——正尊十一面观音。此外，寺内还有许多可观赏之处。

■从JR岛原站步行 15 分钟。



### 6 赤目四十八瀑布 (名张市)

在全长 4 公里的峡谷中，流动着许多美丽的瀑布。这一带是人们喜爱的徒步旅行的区域，也是在百处森林浴胜地和日本瀑布胜地评选中入选的景观。日本观(娃娃鱼)中心也在这里，可以观看从世界各地收集来的娃娃鱼。

■从近铁赤目站乘坐公共汽车 10 分钟，在“赤目瀑布”下车。



### 7 青莲寺湖 (名张市)

是 1970 年建成的弓形结构的水库人工湖。周围青山环抱，四季皆有美景。在湖畔农园里，还可以采摘葡萄、草莓。

■从近铁名张站乘坐公共汽车 10 分钟，在“青莲寺湖前”下车。

### 8 名张旧市街 (名张市)

古代日本的中心——大和 (现在的奈良一带)，与当时作为东西交通要冲的名张，中间只隔了一座山。因此，这里是较早接受大和文化而发展起来的地方。在遗留下来的古迹中，美旗古坟群是名张引以为自豪的重要文化遗产。

■在近铁名张站下车。



### 9 香落溪 (名张市)

溪谷中，春天有蜂斗叶、杜鹃花，秋天有漫山红叶。沿溪流淌约 8 公里的悬崖绝壁，鬼斧神工，令人赞叹。

■从近铁名张站乘坐公共汽车 25 分钟，在“红叶谷”下车。



### 10 伊贺乡手工制作农场 (伊贺市)

用直属农场生产的原料制作的啤酒和火腿，在国际上也受到了高度评价。在这里，可以品尝烧烤、啤酒，观看小猪的表演；还可以学做香肠和意大利炒面。

■从JR 柘植站开车 15 分钟。

从近铁上野市站开车 25 分钟。

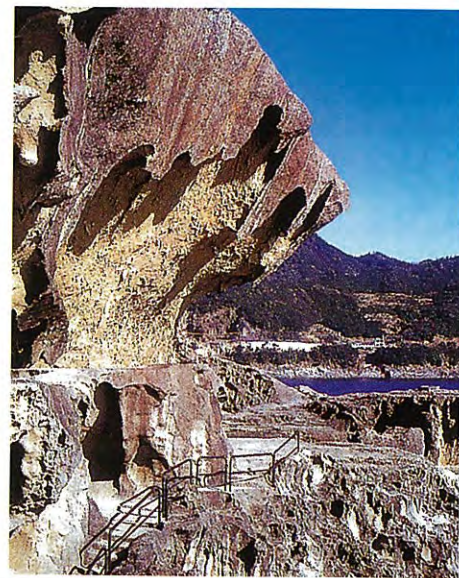


# 东纪州地区



## 世界遗产熊野古道和波光闪耀的黑潮之海

熊野古道被登录为世界遗产。  
东纪州向我们展示着太平洋黑潮带来的壮丽海景。  
这里是历史和海洋造就的宏伟的天然画廊。  
这里的风和阳光充满了南国气息，令人心旷神怡。



### ② 楯崎 (熊野市)

矗立于二木岛湾入口处的巨岩绝壁与来自熊野湾的滚滚波涛，构成了壮丽的景观。

■ 从JR二木岛站步行90分钟。



### ③ 七里海滨 (熊野市)

从熊野市到新宫市之间长25公里，略呈弧形的海滩上，铺满了白色的小石子，十分美丽。这美丽的石子被叫作“海滨小石”。沿着这一段的海岸公路兜风是最佳选择。

■ 从JR阿田站下车。



### ① 鬼城·狮子岩 (熊野市)

由于海浪的侵蚀和地震的发生而形成的巨大岩壁，在熊野海岸延伸了1000多米。岩壁上大大小小向着大海张开巨口的洞窟群，的确像传说中鬼住的地方。除了“鬼城”，这里还有如同巨狮面向大海咆哮的“狮子岩”。

■ 从JR熊野市站乘坐公共汽车5分钟，在“鬼城东口”下车。



### ④ 播种人权兵卫之乡 (纪北町)

权兵卫是日本童谣“权兵卫播种，乌鸦来吃……”中唱到的主人公，他的故事至今仍被人们传颂。在他的出生地建造的纪念设施里，可以观赏日本庭园，观着与权兵卫有关的各种物品。

■ 从JR相贺站开车7分钟。



### ⑤ 湍峡 (熊野市)

随着季节的变幻，碧水清波中，春天倒映着新绿，秋天倒映着红叶，高耸的石岩上覆盖着茂密的原生林，这里的景致宛如一幅幽邃清雅的山水画。可乘汽船游览观光。五月杜鹃花开时，这里又是赏花胜地。

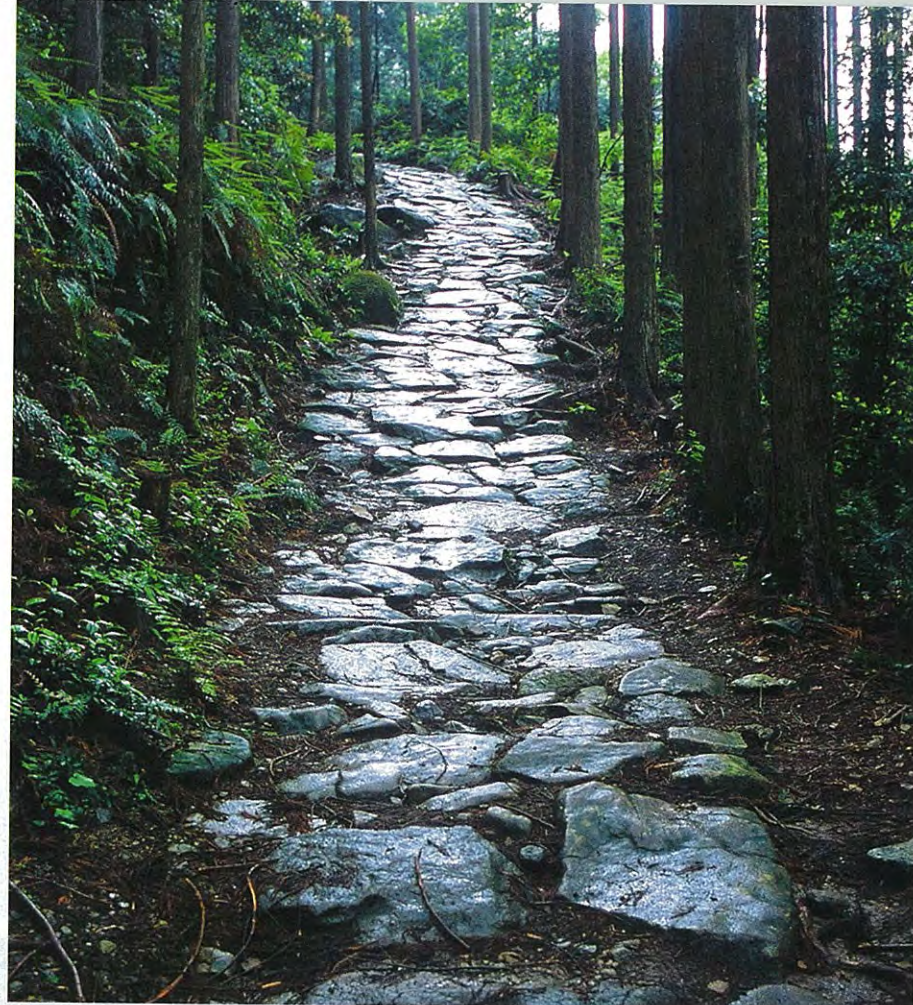
■ 从JR熊野市站乘坐熊野古道游流线的南纪广域公共汽车，在“湍大桥”下车。



松本峠



横垣峠

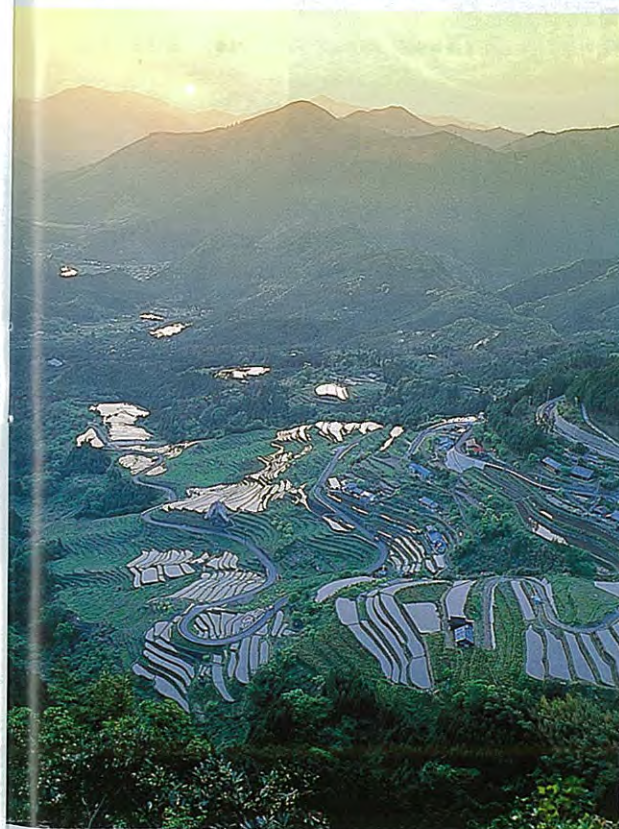


马越峠

### ⑥ 世界遗产熊野古道 (尾鷲市、熊野市等)

熊野古道被登录为世界遗产。熊野古道原本是人们去熊野三山参拜时走的路。熊野三山里供奉着本宫、新宫、那智诸神。如今，古道又成了人们喜爱的徒步旅行路线。沿着数百年前铺设的点缀着青苔的石板路，在柏树林中一路走去，随处可见令人追溯昔日风貌的古迹和路碑。

■ (马越岭路线) 从JR相贺站乘坐公共汽车10分钟，在“鬻毛”下车。



### ⑦ 纪宝町海龟公园 (纪宝町)

致力于保护海龟的纪宝町内的公园。在这里，可以近距离地观察大小海龟，还可以买到可爱的海龟造型的各种纪念品。

■ 从JR纪井田站步行10分钟。

### ⑧ 丸山千块梯田 (熊野市)

在这里可以看到如今在日本已经很难见到的山村风景。遍布山坡的层层梯田，有1300多块。春夏秋冬，景色各异。

■ 从JR熊野市站乘坐熊野古道游流线的南纪广域公共汽车，在“千枝田·通岭入口”下车。





# 三重的的美食

欢迎您光临美食王国

自然资源丰富的三重，是海鲜与山珍的王国。自然风味、季节风味、传统风味，各种丰盛的美食在等待您的光临。



**鲍鱼 (伊势志摩地区) [三重名产]**

鲍鱼自古以来，就是倍受珍重的敬神之品。为了保护其资源，寻找鲍鱼至今仍采用海女潜水作业的方式。



**的矢牡蛎 (志摩市) [三重名产]**

流入“的矢湾”的河流有三条，河水中的养分滋养着各种牡蛎爱吃的浮游生物。因此，的矢湾可谓牡蛎的王国。这里的牡蛎，生食也很鲜美。



**酱烤豆腐串 (伊贺市)**

将豆腐切成长条，用竹签串上，再涂上酱烧烤。这是人们喜爱的地方风味。



**手拌寿司 (伊势志摩地区)**

当地渔民将刚刚捕获的鲑鱼用酱油调味后，与米饭用手拌在一起食用。据说手拌寿司就起源于此。



**伊势龙虾 (伊势志摩地区) [三重名产]**

伊势龙虾的肉为透明的粉红色，味道甘甜，口感细腻，有入口即化之感。

这虾中之王无论用于日本料理还是西餐都很美味可口。



**松阪牛肉 (松阪市) [三重名产]**

松阪牛是精选出来的肉质良好的日本原产黑毛母牛，经过喂饮啤酒，用烧酒按摩等方法精心饲养的世界名牌高级牛肉。可以做鸡素烧、牛排、涮牛肉、烤肉等。



**伊势面条 (伊势市)**

是伊势独具特色的面条。在粗粗的面条上，浇上特制的酱汁酱油和甜料酒，再加上葱、辣椒等佐料即成。



**瞪目寿司 (熊野市)**

用大茶叶子包裹的饭团。因为大得令人瞪目结舌，所以有了这个名字。



**蛤蜊 (桑名市)**

桑名市自古以来就以“桑名的烤蛤蜊”而闻名。这里有三条河入海，因为淡水与海水比例相宜，所以才孕育出这一美味海鲜。

## 三重的特产

下面介绍一下三重传统工艺及三重特产的精品。

### [三重品牌]

从人与自然的力量的观点出发，将三重县内具有真正品质的商品以及从事此项事业的人们认定为“三重品牌”。



**珍珠 (鸟羽市等地)**

这些高品质的珍珠工艺品，出自于英虞湾得天独厚的自然环境和匠人们精湛的技艺。



**伊势茶 (北势~中南势地区)**

伊势茶生产量位居全国第三位，其特点是清香绵长，味道醇和。

### [三重的传统工艺品]



**四日市万古烧 (四日市市)**

著名的陶器艺人希望自己的作品能够世代相传而盖上印章，万古烧陶器即由此产生。这里烧制的茶壶远近闻名。



**铃鹿墨 (铃鹿市)**

这里生产的墨为众多书法家所爱用，铃鹿墨的原料采用的是铃鹿山中的松脂灰。



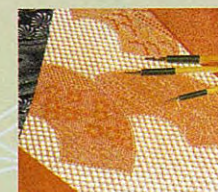
**伊贺丝带 (伊贺市)**

用丝线、金银线编结而成的美丽的丝带。其产量占全国的大半。



**伊贺烧 (伊贺市)**

这里的茶道用具，在室町·桃山时代就为世人所瞩目。伊贺的陶土以耐火性强而著称。



**伊势漏花纸 (铃鹿市)**

在和纸纸板上，用刻刀精心地刻出美丽的纹样。这种漏花纸板是用于和服布料染色的，也可以作为艺术品展示。



# 三重的温泉

在令人身心舒畅的温泉里，您可以忘掉一切烦恼。

青山环抱的温泉之乡，可以放眼大海的露天温泉……

在自然环境优美的三重各地，有许多令人心旷神怡的温泉。



## 北势地区的温泉

在御在所山麓的汤山温泉里，您可以尽享自然美景，悠然入浴。在长岛温泉和铃鹿环形赛车场温泉，您也可以游完游乐园后，再去洗温泉。

- 1 长岛温泉（桑名市）
- 2 汤山温泉（菰野町）
- 3 铃鹿环形赛车场温泉（铃鹿市）



汤山温泉



铃鹿环形赛车场温泉

## 中南势地区的温泉

榊原温泉、火谷温泉等中南势地区的温泉都是在山谷中涌出的泉水，您可在绿色环抱之中，一边洗温泉，一边观赏四季不同的美景。

- 4 榊原温泉（津市）
- 5 火谷温泉（津市）



榊原温泉



火谷温泉



## 伊势志摩地区的温泉

伊势志摩温泉的最大魅力是可以在露天浴池里一边入浴，一边眺望大海。鸟羽、志摩的酒店和日式旅馆中，几乎都有露天浴池。

- 6 鸟羽市内各温泉日式旅馆（鸟羽市）
- 7 志摩温泉乡（志摩市）



志摩温泉乡



赤目温泉

## 伊贺地区的温泉

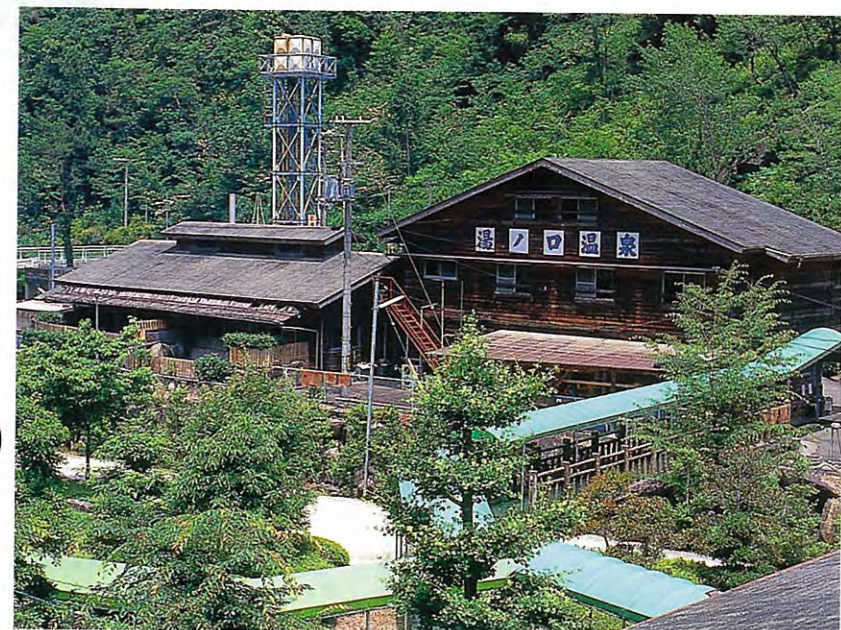
有著名的——赤目四十八瀑布附近涌出的赤目温泉。有可以俯瞰美丽山涧的香落溪温泉。在欣赏日本典型的秀丽风景中入浴，是这个地区温泉的特色。

- 8 赤目温泉（名张市）
- 香落溪温泉（名张市）

## 东纪州地区的温泉

在熊野的深山中，有多处温泉涌出。如果您想忘掉一切尘世的烦恼，自由自在地享受温泉的快乐，我们建议您光临东纪州地区的温泉。

- 9 有久寺温泉、鹿汤温泉、古里温泉（纪北町）
- 10 新鹿温泉、熊野温泉（熊野市）
- 11 汤口温泉、入鹿温泉（熊野市）



汤口温泉



# 三重的民俗活动

自古以来代代相承的传统和风俗、装点四季的华丽的舞蹈……  
具有浓郁地方色彩的民俗活动每年都在三重各地举行。



石取祭(桑名市)

## 北势地区的民俗活动



僧兵祭(菟野町)

### 多度祭(桑名市)

4月4、5日

在多度大社祭的“跃马神事”活动中，身着武士服饰的少年骑手驱马登上3米多高的陡壁，以此占卜当年的丰收。  
■从近铁多度站乘坐公共汽车5分钟，在“多度大社前”下车。

### 猪名部神社大社祭(东员町)

4月上旬

据说这一活动最初是为鼓舞青年们的士气而举行的。内容有流马、跃马神事等活动。  
■从三歧铁道北势线东员站步行15分钟。

### 关宿夏祭(龟山市)

7月下旬

以江户时代繁盛一时的古东海道驿站——关宿为中心，白天有一辆神舆，晚上有4辆彩车在镇内游行。  
■从JR关站步行5分钟。

### 大四日市祭(四日市市)

8月上旬

在四日市市内举办传统的舞蹈等丰富多采的活动。  
■从近铁、JR四日市站步行10分钟

### 石取祭(桑名市)

8月上旬

天下奇祭——石取祭被称为“日本最喧闹的民俗活动”。30多辆彩车在行进中钟鼓齐鸣，连续三夜不停，气势非凡。被指定为县无形文化遗产。  
■从JR、近铁桑名站步行20分钟

### 僧兵祭(菟野町)

10月上旬

在秋叶如丹，层林尽染之季，以涌山温泉一带和御在所缆车地区为会场举办的活动。  
■从近铁涌山温泉站乘坐公共汽车10分钟，在“涌山温泉”下车，步行20分钟。

### 伊势大神祭(桑名市)

12月下旬

带着驱魔去邪的狮子面具跳舞的祭神活动。在全国巡回的专业舞者于12月下旬齐聚增田神社，表演华丽的舞蹈。  
■从近铁桑名站乘坐公共汽车，在“大夫伴”下车，步行5分钟

## 中南势地区的民俗活动



斋王祭(明和町)

### 斋王祭(明和町)

6月第一周六、周日

古代，斋王携带数百名随从浩浩荡荡地从京都来到斋宫。斋王祭就是再现古代华丽的斋王行进队伍的民俗活动。  
■从近铁斋宫站下车

### 七夜(津市)

1月中旬

众多摊床七天七夜摆在专修寺前，举办市集。每年约有20万人参加。  
■从JR一身田站下车，就在车站附近

### 丹生大师神宫寺春季大祭(多气町)

4月下旬

在活动中，为国民祈祷吉祥、交通安全，举办儿童盛装游行，抛年糕，摆摊床。  
■从JR、近铁松阪站乘坐公共汽车，在“光石”下车，然后换乘村民公共汽车，在“丹生大师前”下车

### 北畠神社大祭(春)(津市)

5月上旬

与北畠一族有关系的人们从县内外齐聚此地，举办丰富多彩的活动。  
■从JR伊势市原站乘坐公共汽车40分钟，在“北畠神社前”下车

### 大淀祇园祭(明和町)

6月中旬

自江户时代中期传承至今的豪放的民俗活动。白天，彩车在町内游行，夜晚，在大淀港一带举办纳凉焰火大会。  
■从近铁明野站乘坐公共汽车15分钟，在“大淀”下车，步行10分钟

### 津祭(津市)

10月上旬

每年10月在津市举办的最盛大的民俗活动。举办唐人舞、假面武士行进、高虎古装武士阵、安浓津民族舞等喜庆游行。  
■从近铁津新町站步行15分钟

### 迎客祭(多气町)

10月下旬至11月中旬

举办舞台表演、撒年糕、抽签大会、土特产直销等丰富多采的活动。  
■从伊势高速公路势和多气出口开车17分钟

## 伊势志摩地区的民俗活动



白髭大明神祭(鸟羽市)

### 迎旦祭(鸟羽市)

元旦

迎旦祭是八代神社在元旦黎明前举行的祭神活动。岛上的男子们将象征太阳的直径两米的木圆筒抬起来，然后扔到地上，这是一个气势雄壮的民俗活动。  
■从JR、近铁鸟羽站前往田浜港乘坐班船5分钟

### 春季神乐祭、秋季神乐祭(伊势市)

(春)4月上旬、(秋)9月中旬

这在春秋两季举办的祭祀，是为了感谢神恩，为国民祈祷平安。祭祀期间，在伊势神宫的内宫神苑特设舞台公开表演“神宫舞乐”。  
■从JR、近铁伊势市站乘坐公共汽车，在“内宫前”下车

### 伊势龙虾祭(志摩市)

6月上旬

为了向以“伊势龙虾”为代表的来自大海的恩赐表示感谢，并祈祷渔业丰收，人们抬着长6米30公分长的巨大伊势龙虾在海岸举行喜庆游行。  
■从近铁鹤方站乘坐公共汽车20分钟，在“浜岛”下车

### 敬献伊势神宫全国焰火大会(伊势市)

7月下旬

来自全国各地的50组焰火师精心制作的约9000发色彩缤纷的焰火绽放夜空。清波荡漾的宫川河的焰火之夜是火、光和轰鸣声的盛典。  
■从伊势市站宇治山田站有去焰火会场的班车

### 草鞋祭(志摩市)

9月下旬

草鞋祭是从民间传说“巨人故事”中诞生的奇异的民俗活动。被指定为三重县的无形文化遗产。  
■从近铁鹤方站乘坐公共汽车，在“波初港渔市场前”或者“波初小学前”下车

### 伊势大祭(伊势市)

10月中旬

自1895年以来延续至今的传统大祭。在伊势市内举行抬神轿、传统歌舞等庆祝活动。到了晚上，还有装饰着灯笼的彩车游行，为秋天的伊势路上绚丽的色彩。  
■在JR、近铁伊势市站附近

## 伊贺地区的民俗活动



上野天神祭(伊贺市)

### 幼儿祭(名张市)

1月上旬

据说幼儿祭始于400年前，这是一项为了祈求一年来诞生的男孩以及其他地区做养子而来的儿童们健康成长而举行的民俗活动。  
■从近铁名张站乘坐公共汽车，在“勘定桥”下车，步行5分钟

### 八日戎(名张市)

2月上旬

出售祈愿生意兴隆的“福饰”，表演传统的“七福神舞”。桑名市名产蛤蜊和花市等也很有名气。  
■从近铁名张站下车，步行10分钟

### 阳夫多神社祈禱祭“裸裸祭”(伊贺市)

2月中旬

为了祈求农业丰收，舞者一边敲击腰鼓一边跳舞，在其周围还有装扮成鬼怪的人跳舞。  
■从JR佐那具站乘坐公共汽车8分钟，在“河合”下车

### 敢国神社狮子神乐(伊贺市)

4月中旬

在敢国神社举办的民俗活动，被指定为县无形民俗文化财产。驱魔辟邪的狮子舞威武雄壮。  
■从名阪国道伊贺一之宫出口开车5分钟

### 古城祭(伊贺市)

9月至1月

在上野公园内演出传统“篝火能乐”，举办大鼓、射箭、剑道大会以及绘画展、盆景展和菊花展。  
■从近铁上野市站步行5分钟

### 芭蕉祭(伊贺市)

10月中旬

为颂扬松尾芭蕉的文学功绩，举办俳句大会和专题展览，并组织参观历史古迹的活动。  
■从近铁上野市站步行5分钟

## 东纪州地区的民俗活动



熊野大型焰火晚会(熊野市)

### 彩船祭(纪北町)

1月上旬

彩船祭是祈愿渔业丰收的活动。30多名青年站在彩船型的彩车上，用钓鱼竿钓着鲤鱼模型，在町内喊着雄壮号子的号子游行。  
■从JR纪伊长岛站步行20分钟

### 呀呀祭(尾鹫市)

2月上旬

呀呀祭又被叫做喧闹争吵的裸体祭，每年举办一次。身着白色民族盛装的年轻人兴高采烈地参加活动，并表演传统舞蹈和古代大名诸侯携侍从出游的盛况。  
■从尾鹫站步行20分钟

### 播种人权兵卫祭(纪北町)

3月中旬

在祭祀童谣中所歌颂的人物“权兵卫”的宝泉寺表演地方舞蹈和歌神舞。  
■从JR相贺站下车，开车7分钟

### 纪北灯笼祭(纪北町)

7月下旬

白天，拉着彩车灯笼在街上游行，晚上，全长22米的巨大灯笼“花灯”与海上上升起的3000发焰火相映生辉，蔚为壮观。  
■从JR纪伊长岛站步行20分钟

### 纪和的火祭(熊野市)

8月上旬

这项民俗活动最主要的是“挂祭”，所有灾祸都随着人们抛向山顶竹筒中的松明火把消失在夜空，以此为当地来竹筒的人们祈祷安全，并祝愿渔业丰收。  
■从JR熊野市站乘坐公共汽车50分钟，在“小川口”下车

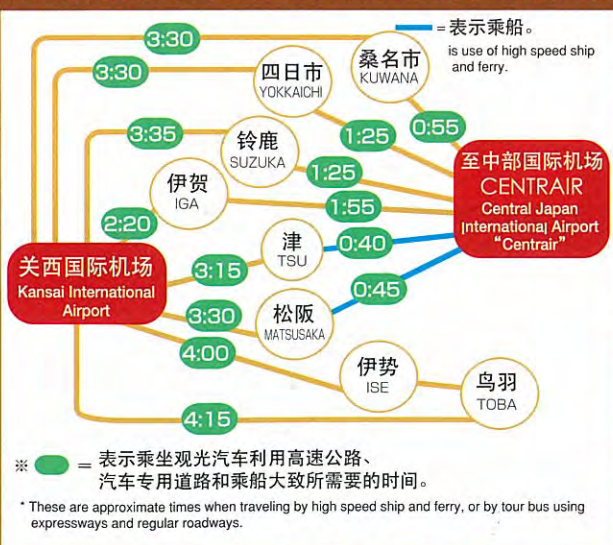
### 关船祭(纪北町)

10月中旬

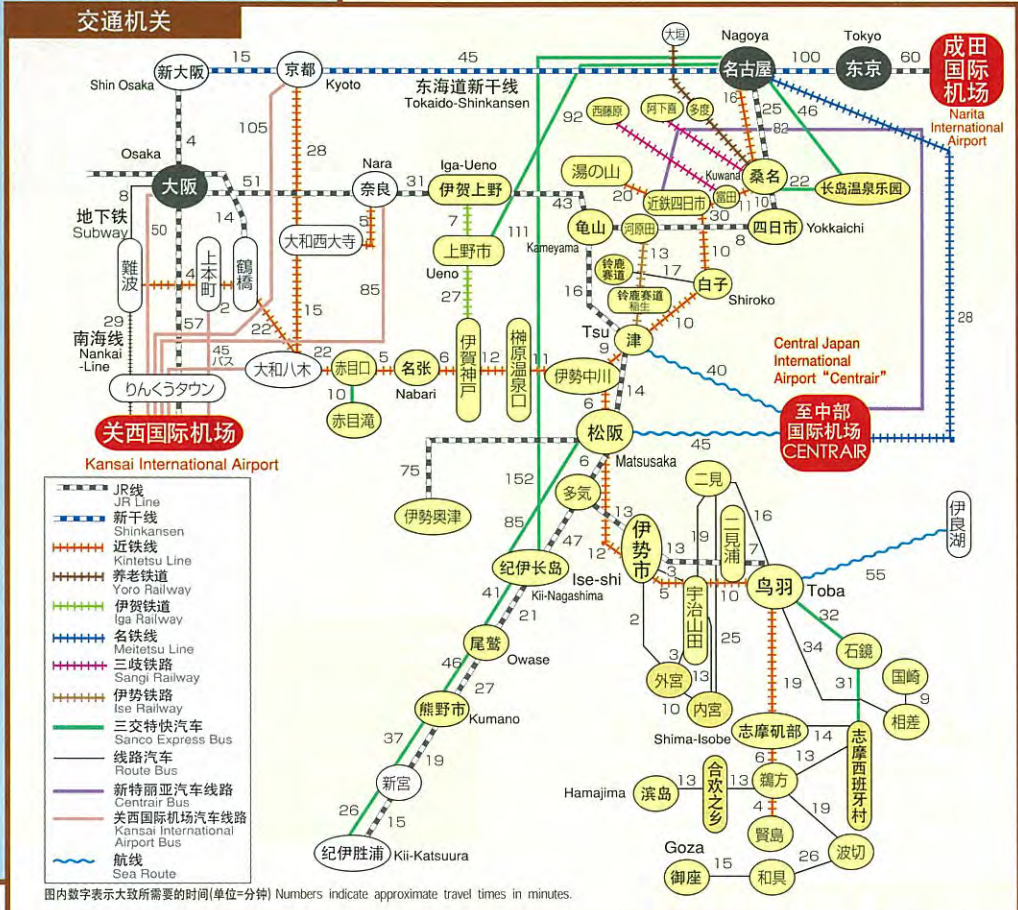
关船是长7米宽2米的大船，40多名年轻人抬着这只大船，在町内游行，祈愿渔业丰收与发展。  
■从JR相贺站乘坐公共汽车5分钟，在“引本”下车



从中部国际机场、关西国际机场到主要城市的所需时间

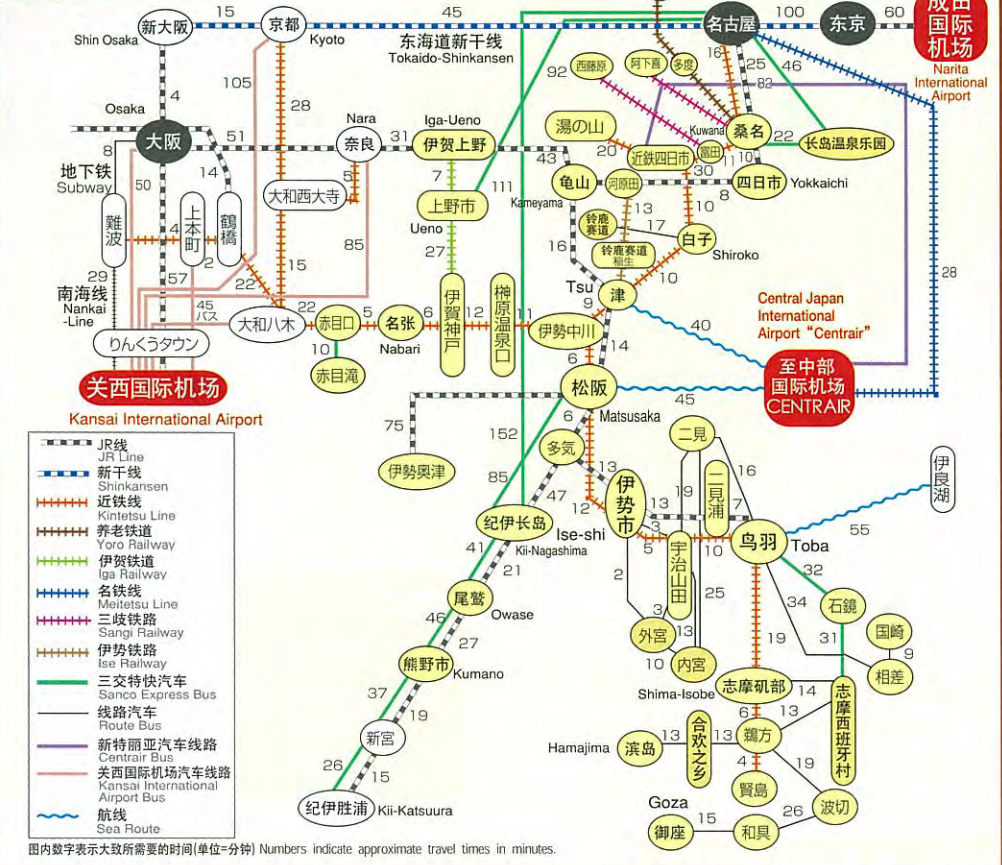


旅游线路指南  
主要线路和所需时间



- 高速公路、汽车专用道路 Expressways
  - 一般收费公路、市内高速公路 Toll roads and urban expressways
  - 到三重的主要国道 Main National Roads to Mie
  - 上述以外的公路 Roads other than those listed above
  - 尚未开通或计划中的公路 Roads currently in planning or under construction
  - 航线(高速船或普通客船) Sea Route (high speed ship and ferry)
- 图内数字表示大致所需的时间(单位=分钟) \* 主要以乘坐观光汽车所需的时间为基础。  
Numbers on the map indicate approximate travel times (in minutes).  
\* Times based on traveling by tour bus.

交通机关





# 三重县地图



请翻开此页，确认书中信息。  
 请按照各页所载观光地名前的号码，  
 确认其位置。

- JR新干线 JR Shinkansen
- JR线 JR Line
- 近铁线 Kintetsu Line
- 私铁 Private Line
- 高速公路 Expressway
- 主要公路 Major Road
- 航线 Sea Route
- 机场 Airport

## 经济便利的车票、入场券

**[KINTETSU RAIL PASS]**  
 可以自由乘坐近铁所有线路的列车！并附带3张乘坐近铁特快列车特快券(有效期5天)的经济便利的车票。  
 大人3500日元、儿童1750日元  
<http://welcome.kankomie.or.jp>

**[东海 Welcome Card]**  
 在爱知、岐阜、三重、静冈、名古屋市的住宿设施、饭店、商店、观光设施、公共交通机关等可以享受减价的优惠卡。在互联网上打印下来就可使用。  
<http://www.j-heartland.com/>

**[关西护照]**  
 可以自由利用观光线路上的交通工具，也可以乘坐特快列车的对号坐席。在参观文化设施、观光设施时还可以享受优惠价格。  
<http://www.kansai.gr.jp>

**[日本线路一票通]**  
 可以乘坐JR系统所有线路的车——新干线[希望号(包括不对号坐席)除外]、特快列车、急行列车、快速列车、普通列车、JR汽车公司的各地方线路、JR客船。  
<http://www.japanrailpass.net>



# 三重的四季

大致位于日本中心的三重，四季风景各异。  
春天樱花盛开，夏天碧海清波，  
秋天遍山红叶，冬天瑞雪银装。

上野城的樱花



Spring

风平浪静的五所湾



Summer

圣宝寺的红叶



Autumn

御在所的树冰



Winter



## 【观赏樱花的名胜之所】

**多度山上公园的樱花(桑名市)4月上旬**  
●从近铁多度站步行60分钟

**海藏川的樱花林阴道(四日市市)3月上旬至4月上旬**  
●从近铁阿仓川站步行10分钟

**伊奈富神社的杜鹃花(铃鹿市)3月上旬至4月上旬**  
●从近铁白子站乘坐公共汽车10分钟，在“鹤生”下车，步行5分钟

**陆上自卫队久居驻地的樱花(津市)3月上旬至4月上旬**  
●从近铁久居站下车，步行5分钟

**三多气的樱花(津市)4月上旬至中旬**  
●从近铁伊势津站乘坐公共汽车10分钟，在“杉平”下车，步行5分钟

**娜美丽湖的樱花(松阪市)4月上旬**  
●从近铁伊势中川站下车，步行15分钟

**大泷峡自然公园的樱花(大纪町)4月上旬**  
●从JR泷原站步行20分钟

**宫川堤的樱花(伊势市)4月上旬**  
●从限、近铁伊势市站乘坐公共汽车，在“度会桥”下车

**横山展望台的樱花(志摩市)4月上旬**  
●从近铁鹤方站下车，步行10分钟

**登茂山公园的樱花(志摩市)4月上旬**  
●从近铁鹤方站下车，步行20分钟

**河内川堤的樱花(南伊势町)4月上旬**  
●从限、近铁伊势市站乘坐公共汽车97分钟，在“河内”下车

**上野公园的樱花(伊贺市)4月上旬至中旬**  
●从近铁上野市站下车步行3分钟

**中央公园的樱花(名张市)3月下旬至4月中旬**  
●从近铁名张站乘坐公共汽车，在“夏见”下车

**神川町的樱花(熊野市)4月上旬**  
●从JR熊野市站乘坐公共汽车，在“神上中学前”下车，步行5分钟

## 【观赏红叶的名胜之所】

**御在所山的红叶(菰野町)10月中旬至11月中旬**  
●从近铁汤山温泉站乘坐公共汽车，在“汤山温泉”下车，步行10分钟

**宇贺溪的红叶(员弁市)11月中旬至下旬**  
●从近铁富田站乘坐三岐铁路列车，在大安站下车，开车20分钟

**圣宝寺的红叶(员弁市)11月中旬至下旬**  
●从近铁富田站乘坐三岐铁路列车，在西藤原站下车，步行30分钟

**北畠神社庭园的红叶(津市)11月上旬至下旬**  
●从伊势道路久居出口开车60分钟

**河内溪谷的红叶(津市)11月中旬至下旬**  
●从近铁津新町站乘坐公共汽车30分钟，在“市场”下车，步行10分钟

**奥香肌峡的红叶(松阪市)11月初旬至12月上旬**  
●从限、近铁松阪站乘坐公共汽车，在“斯梅尔酒店”下车

**伊势神宫内宫神苑的红叶(伊势市)11月上旬至中旬**  
●从限、近铁伊势市站乘坐公共汽车，在“内官前”下车

**白藤瀑布的红叶(伊贺市)10月中旬至11月上旬**  
●从JR新堂站下车，步行10分钟

**赤目四十八瀑布的红叶(名张市)11月上旬至下旬**  
●从近铁赤目口站乘坐公共汽车，在“赤目瀑布”下车

**香落溪的红叶(名张市)11月上旬至中旬**  
●从近铁名张站乘坐公共汽车，在“红叶谷”下车

**湫峡的红叶(熊野市)11月中旬至12月中旬**  
●从限、新宫站乘坐公共汽车，在“志古码头”下车，乘汽船往返2小时

## 三重县

观光局  
观光、交流室

〒514-8570三重县津市广明町13  
电话:(059)224-2847 FAX:(059)224-2482  
<http://welcome.kankomie.or.jp/>  
E-mail:kanko@pref.mie.jp