

さまざまな表情を持つ豊岡市 绚丽多姿的丰冈市

文：丰冈市 译：赵宏 姜南

豊岡市は海、川、山の自然に囲まれ、豊かな風土で育った食、歴史情緒ある温泉、風情豊かな城下町を有する人口約77000人の都市です。自然豊かな里山には国の天然記念物であるコウノトリが生息しており、悠然と大空を舞っています。

丰冈市人口约为7.7万，是一座被海洋、山川等自然美景环抱的城市，这里既有富饶土地孕育出的饮食文化，又有历史风情浓郁的温泉胜地，还有古色古香的城邑等。此外，在生态环境优渥的山林中还栖息着日本的国家级天然纪念物——东方白鹤，人们时常能看到它们在空中翩翩起舞的身影。

四季がはっきりしており、四季に応じて多種多様なアクティビティを体験することもできます。さまざまな表情を持つ豊岡では、ココロを豊かに、カラダをリフレッシュすることが期待できます。

丰冈市四季分明，在这里，人们一年四季都能感受到这座城市的多面活力。在绚丽多姿的丰冈市，人们的心灵得以滋养，身体也能得到放松。

びけい 美景 美景

玄武洞公園

豊岡駅から車で約15分。国の天然記念物に指定される「玄武洞」と「青龍洞」、他にも「白虎洞」「南朱雀洞」「北朱雀洞」のあわせて5つの洞が「玄武洞公園」として整備されています。六角形の断面を持つ柱状節理注の岩が積み重なり、垂直方向の節理が上部に向かって徐々に水平方向に変化していくことで描かれる美しく壮大な流線形の模様は、多くの人々を魅了しています。

2022年8月に玄武洞公園がリニューアルされました。玄武洞、青龍洞の前には観覧用の基壇が設置され、柱状節理の雄大さと迫力をより体感できるようになりました。休憩棟には玄武洞の歴史や柱状節理、玄武岩、山陰海岸ジオパークなどについて解説したパネルを展示し、よりわかりやすく、玄武洞について知ることができるようになりました。

注：節理，节理，指岩浆冷却凝固时形成的裂缝。柱状节理是较为常见的一种，多垂直于冷却面，呈规则的六角形。

あわせて同年には世界の「地質遺産 100 選」に選定されています。青龍洞には今にも落ちそうなのになかなか落ちない石があることから「合格祈願」や「願掛け」のパワースポットとして、また、白虎洞には断面がハートの形をしている石があり「恋愛成就」のパワースポットとして知られています。



玄武洞公園

玄武洞公園距離丰网站约有15分钟的车程。公园里有玄武洞、青龙洞、白虎洞、南朱雀洞、北朱雀洞五个洞穴，其中玄武洞和青龙洞被认定为日本的国家级天然纪念物。六角形的柱状节理层层堆积，直指洞顶，又逐渐形成平行方向的走势，整体构成了一幅壮美的线形画面，令许多游客流连忘返。

玄武洞公園于2022年8月重建。玄武洞和青龙洞前设置了观赏台，游客可以更加真切地体会到柱状节理的宏大及震撼。公园的休息区内还增设了展示板，上面记

载了玄武洞的历史，还对柱状节理、玄武岩、山阴海岸地质公园等进行了介绍。通过导览展示板，人们可以更直观地了解玄武洞。

2022年，玄武洞公園还入选了“日本地质遗产百选”。此外，青龙洞和白虎洞也作为能量景点而被大家熟知，其中，青龙洞洞顶摇摇欲坠又屹然不动的岩石能够给人们带来“考试通过”以及实现其他愿望的好运，而白虎洞中截面呈心形的岩石能够给人们带来“恋爱顺利”的祝福。

かなべやま 神鍋山

かなべやま きたきん きとよおか じ どうしゃどう ひ だかかなべこうげん くるま
神鍋山は北近畿豊岡自動車道日高神鍋高原ICから車
やく ふん ぼしよ
で約15分の場所にあります。

かなべこうげん がた かなべ
神鍋高原エリアでは、きれいなおわん型の「神鍋
やま み きんき ちほう もつと あたら か
山」を見ることができます。近畿地方では最も新しい火
ざん ひょうこう ちようじようぶ しゅうい ふか
山で、標高469.5mの頂上部には周囲750m、深さ
50mの噴火口がきれいに残っており散策も可能です。

しき おう さまさま たいけん
四季に応じて様々なアクティビティを体験すること
ができ、春はマウンテンバイク体験、夏はパラグライダー、
あき こうよう ふゆ たの
秋は紅葉、冬はスキーを楽しむことができます。

神鍋山

驾车从北近畿丰冈机动车道的日高神锅高原入口驶入，约15分钟就能到达神锅山。

在神锅高原，您能看到漂亮的碗形“神锅山”。神锅火山是近畿地区“最年轻（形成时间最晚）”的火山，海拔469.5米，山顶有周长为750米、深约50米的完整火山口，您还可以在火山口附近散步。

在春季体验山地自行车骑行，在夏季尝试滑翔伞飞行，在秋季欣赏红叶，在冬季畅享滑雪——不同季节的神锅山会为您带来不同的乐趣。



たけのはま 竹野浜

たけのえき とほ やく ふん とよおかし ほうせい にほんかい
竹野駅から徒歩で約15分。豊岡市の北西、日本海
めん たけの ちよう たけのはまかいすいよくじよう ぼつぐん どうめいど
に面した竹野町にある竹野浜海水浴場。抜群の透明度
を誇る関西随一の海水浴場として知られ、夏には多く
かんこうきゃく にぎ にほん なぎさひやくせん かいすいよくじよう
の観光客で賑わいます。「日本の渚百選」「快水浴場
ひやくせん えら どうざいやく ほうしやせいしよう すな
百選」に選ばれるほど、東西約1kmの白砂青松の砂
はま どうめいど たか うみ うつく かいすいよくじよう ひよう せけん おこな
浜と透明度の高い海が美しい海水浴場で、兵庫県が行
うすいしつけん さ まいとしさいこう ひよう か
う水質検査では毎年最高の評価となっています。

ねん たけのはま ふく さんいんかいがん さんいんかいがんこく
1963年、竹野浜を含む山陰海岸75kmが山陰海岸国
りつこうえん してい しゅうへん ちいき かんこうち だいき ぼ
立公園に指定され、周辺地域は観光地として大規模に
かいほう せいぜんかんきよう ひとびと く けい
開発されるのではなく、自然環境と人々の暮らしが継
ぞくてき いとな まも
続的に営まれるように守られてきました。そうした文
か れきし ちしつがくてき じゅうようせい ひよう か ねん
化や歴史、地質学的な重要性も評価され、2008年には山陰海岸ジオパークに登録されています。

竹野海滩

从竹野站出发，步行约15分钟即可到达竹野町的竹野海滩海水浴场。浴场地处丰冈市的西北端，面朝日本海。这里以清澈的海水闻名，是日本关西地区首屈一指的海水浴场，每年夏天都会有众多游客前来游玩。竹野海滩东西长约1千米，郁郁葱葱的松林环绕着洁白的沙滩，海水极为清澈，在兵库县进行的水质检测中，这里的海水每年都能达到日本最佳水质的标准，因此，该海滩入选了“日本海岸百选”“令人心旷神怡的海水浴场百选”等榜单。

1963年，包括竹野海滩在内的总长75千米的山阴海岸被日本政府指定为山阴海岸国立公园，但其周边地区并没有被大规模地开发为旅游景点，人与自然是和谐共处

的可持续发展战略延续至今。2008年，鉴于其文化底蕴丰富，历史悠久，并且在地质学方面具有重要意义，山阴海岸及其周边地区被日本政府认定为山阴海岸地质公园。



おんせん 温泉 温泉



きのさきおんせん 城崎温泉

とよおかえき でんしゃ やく ぶん くるま やく ぶん
豊岡駅から電車で約10分、車で約20分のところ

きのさきおんせん きのさきおんせんがい そと ゆ
に城崎温泉はあります。城崎温泉街には「7つの外湯
こうしゅうよくじょう
(公衆浴場)」があります。きのさきおんせん えき げんかん
道は「廊下」、宿は「客室」、そしてそと ゆ だいよくじょう
と、まちぜんたい ひと おお おんせんやど たど
と、まち全体が一つの大きな温泉宿に例えられます。

しが なお や きの さき ちよしや
志賀直哉(『城の崎にて』の著者)をはじめとする
おお ぶんじんぼつかく あい ねんいじょう れき
多くの文人墨客に愛されてきており、1300年以上の歴
し ほこ きのさきおんせん まわ ふる まちな のこ
史を誇る城崎温泉の周りは、古い街並みを残しながら、
カフェ・た ある 食べ歩きスポット・みやげや じゅうじつ さんさく
が楽しい温泉街となっています。

城崎温泉胜地

从丰冈站搭乘电车约需10分钟，驾车约需20分钟，即可到达城崎温泉胜地。城崎温泉街上有“七大公共浴池^{注1}”。城崎温泉胜地的整个区域犹如一间大型日式温泉旅馆——车站好比“玄关”，街道如同“走廊”，旅馆恰似“客房”，而七大浴池则是容纳旅客的“大浴场”。

城崎温泉受众多文人墨客青睐，其中最具有代表性的是著有《在城崎》的作家志贺直哉。在拥有一千三百多年悠久历史的城崎温泉胜地的周边，不仅有复古的街景，还有各种各样的咖啡店、特色美食店和特产店。您可以在城崎温泉街一边漫步，一边体会休闲、购物等诸多乐趣。

めいしよきゆうせき けんちく 名所旧跡・建築

名胜古迹和建筑

しんころう 辰鼓楼

いずしちやう だいめいし いふとうどう しのころう まち きわだ
出石町の代名詞とも言える辰鼓楼は、町では際立つ
たか たてもの たか やく 13メートルの にほん にほんめ
て高い建物で、高さ約13メートルの日本で二番目に
ふる とけいだい めいじ ねん ねん
古い時計台です。明治4年（1871年）に、まち ときを
知らせるために な たいこ せっち ころう た
鳴らす太鼓を設置する鼓楼が建てられ、
めいじ ねん ねん げんざい とけいだい すがた
明治14年（1881年）に現在の時計台の姿になりました
た。いずしちやう てき せんざい じもと ひと
出石町のシンボリックな存在として、地元の人から
は「大時計」の愛称で親しまれています。

ありこやま いふとうどう しのころう
有子山をバックに威風堂々とそびえる辰鼓楼は、明
治せいふ さいはん ちけん^{注2} まえ いずしほん じもとゆうし
治政府による廃藩置県^{注2}を前に出石藩と地元有志に
よってけんぞう された。もともといずしじやう おおてもん
建造されました。元々出石城の大手門があつた
ばしよで、やぐら たい いしがきぶぶん をそのまま基礎としてリ
場所で、やぐら たい いしがきぶぶん をそのまま基礎としてリ
用。もくぞう そうだ ないぶ しろ さいざい かつよう
木造4層建ての内部には城の廃材も活用されてい
ます。



注1：作为“七大公共浴池之一”的“村之泉”于2024年4月1日起停止营业。

注2：廃藩置県，废藩置县，是日本历史上屈指可数的大改革之一，指日本废除各藩、设立统一由政府统治的县的改革举措。

辰鼓楼

辰鼓楼也被称为“出石町の代名词”。该鼓楼高达13米，在出石町十分醒目，是日本第二古老的钟楼。明治四年（1871年）时，出石町设立鼓楼，通过敲响大鼓为大家报时；明治十四年（1881年），鼓楼被改建为钟楼，留存至今。辰鼓楼是石町的一张“名片”，当地居民亲切地称它为“大时钟”。

辰鼓楼背靠有子山，庄严耸立，是明治政府废藩置县前，由出石藩和当地的热心民众共同建造而成的。辰鼓楼的建造充分利用了旧出石城遗迹，石墙直接使用了城门附近瞭望台的石墙，四层的木质结构内部使用的是出石城遗留下来的废弃材料。

ぶんか 文化・イベント 文化和活动

うえむらな おみ ぼうけんかん 植村直己冒険館・どんぐり base

うえむらな おみ ぼうけんかん
植村直己冒険館には、ぼうけんか うえむらな おみ
てんじと、こどもが遊べるどんぐり base、そしてカ
フェがあり、おとな こどももたのしめます。2021 年 4 月
にリニューアルオープンされました。

その中のどんぐり base は、こども向けの冒険体験

しせつであり、おおがた ネット遊具、クライミングウォール
など、こどもが楽しめる設備が揃っており、屋外に
キャンプもできる芝生スペースが広がっています。



植村直己冒险馆及其橡子基地

植村直己冒险馆对冒险家植村直己进行了介绍，馆内还有孩子们能够在那里畅快游玩的橡子基地。此外，馆内还设有咖啡厅，无论是大人还是小孩，都能在这里找到属于自己的乐趣。该馆曾重新装修，于2021年4月再次开馆。

其中，橡子基地是面向儿童的冒险体验设施，屋内有各种供儿童游玩的娱乐设备，如大型攀爬网、攀岩墙等，屋外还有广阔的草坪，大家还可以在此露营。

とよおかし 豊岡市マスコット「玄武岩の玄さん」

げんぶがんの玄さんは、おこった顔をしていますが、こころね
やさしく、ぎりにんじょうあつせいかく
は優しく、義理と人情に厚い性格で、トレードマーク
ろつかくけい かお ふと まゆ いか
は六角形の顔に太い眉、怒りのマークです。ただ困っ

たときには、まゆげがハの字になってしまいます。

とよおかし かんこう さんいんかいがん
豊岡市の観光と山陰海岸ジオパークのPRのため、
かつどう
活動しています。

丰冈市的吉祥物“玄武岩玄先生”

“玄武岩玄先生”虽然总是摆出一副生气的面孔，但他其实十分温柔，而且非常重情义。六边形的脸、粗眉毛和额头上生气的符号都是“玄武岩玄先生”的特征。而在他感到有些为难的时候，他的眉毛会变为“八”字形。

为了振兴丰冈市的观光旅游业、宣传山阴海岸地质公园，他一直努力地工作着。



めいぶつ みやげ とくさんひん 名物（お土産・特産品）名物（礼品和特产）

とよおかかばん 豊岡 鞆

柳行李をルーツにした豊岡鞆は、優れた職人の技術で高い品質を誇ります。

日本最大級の鞆の産地、豊岡市ならではの商店街「カバンストリート」では、個性豊かなショップや修理の専門店などが並び、鞆のオーダーメイドや手作り小物

体験などもできます。鞆の購入はもちろん、修理やクリーニングも可能です。また、鞆が購入できる自動販売機があるほか、ベンチやポストなど至るところに鞆をモチーフにした仕掛けがあります。



丰冈包

丰冈包由传统的柳条包发展而来。无论是匠人的精湛手艺，还是手提包的优良品质，都令人赞叹。

作为日本最大的手提包产地，丰冈市有一条独具特色的商店街——手提包大街。街上各具特色的商店和箱包维修店鳞次栉比，您可以在此定制手提包，也可以体验手工制作配饰，等等。买包自不必说，在手提包大街，您还可以维修或保养您的包。在这里，手提包自动售货机、长椅、邮筒等各种设施上，随处可见手提包元素。

いずし 出石そば

江戸時代中期、藩主となった信州上田（現在の長野県上田市）の仙谷氏とともに信州から来たそば職人

の技法が在来のそば打ちの技術と融合し、出石そばが誕生しました。

そして、出石焼きが登場すると白地の小皿に盛る現在の様式が確立されました。町には40軒以上のそば屋が並んでいます。通常一人前5皿で提供され、玉

子・とろろ・ネギ・大根おろし・わさびなどの薬味があります。まずはつゆで味わい、食べ進めながら様々な味の変化を楽しむことができます。

出石荞麦面

江戸時代中期、信州上田（今長野県上田市）の仙谷氏成为藩主，从信州来到出石町。与他一同前来的荞麦面匠人将自身掌握的技艺与当地原有的手擀荞麦面技艺相融合，创造了出石荞麦面。

其后，伴随着当地特色瓷器出石烧的诞生，由白色小碗盛装面条的形式也固定了下来。出石町有四十多家荞麦面店，通常情况下，一份荞麦面会搭配五小盘配料，有鸡蛋、山药泥、葱、白萝卜泥、芥末等。您可以先品尝原汤荞麦面，吃一些之后，再搭配各种配料享用，在这个过程中能够感受到面条风味的变化。



交通アクセス

交通路线

航空

大阪空港～コウノトリ但馬空港 約40分
 羽田空港～大阪空港（乗り継ぎ）～コウノトリ但馬空港 片道約2時間
 北京首都国際空港～羽田空港 約3時間30分
 上海浦東国際空港～羽田空港 約3時間

航空

大阪机场至东方白鹤但马机场 约需40分钟
 羽田机场至大阪机场（换乘），至但马机场 约需2小时
 北京首都国际机场至羽田机场 约需3小时30分钟
 上海浦东国际机场至羽田机场 约需3小时

陸路（大阪からの所要時間）

列車：大阪駅～豊岡駅 約2時間30分
 バス：大阪駅～豊岡駅 約3時間
 車：大阪駅～豊岡駅 約2時間30分
 列車、バス、電車：大阪空港～大阪駅 約40分

陸路（从大阪出发所需时间）

乘坐列车：大阪站至丰冈站 约需2小时30分钟
 乘坐巴士：大阪站至丰冈站 约需3小时
 自驾：大阪站至丰冈站 约需2小时30分钟
 乘坐列车、巴士、电车：大阪机场至大阪站 约需40分钟

制作協力：日本国自治体国際化協会北京事務所（CLAIR, Beijing）
 本文协助单位：日本国自治体国際化協会北京事務所（CLAIR, Beijing）