

# YAMATO

UNKNOWN ORIGIN



# YAMATO

UNKNOWN ORIGIN

一千数百年以前，这里曾是日本的首都。  
一个被称作“大和王权”的政权，其数代王者都君临此地，  
在这里拓展他们的势力。  
不久之后，大和成为“整个日本”的代名词。  
此地为日本的发展奠定了基础。  
这座历史远比京都和奈良悠久的古都，  
由于未跟随时代发展的步伐，如今依然保留着原始的风貌。  
此地人烟稀少，倍显静谧，  
欢迎您前来体验这段不为世人所熟知的日本历史。



# Origin of Japan

## — 大和的历史 —

### 日本的起源

据说早在3万年前，日本列岛上已出现人类的踪迹。根据学术界的推测，大约从2万年前的旧石器时代后期开始，在奈良盆地这个地区出现了定居的人类。随后，又迎来了以原始狩猎和采集为主的绳文时代，稻作从中国大陆传到日本，进而演变成以农耕社会为主的弥生时代。“稻米的力量”创造了拥有权势的首领和大规模的村落。为了抵御外敌，人们开始在村落外围挖掘环状壕沟。公元前三世纪，日本历史从以原始狩猎和采集为主的绳文时代演变成弥生时代。稻作从中国大陆传到日本，因此形成农耕社会，各地区都开始出现有能力构筑大规模的村落的人类群体。这个时代的特征是人们会在村落外围挖掘壕沟以抵御外敌。



### 唐古·键遗迹

在弥生时代，大和的唐古·键地区曾出现过大规模的环状壕沟村落。从唐古·键遗迹中出土了大量重要的建筑物和文物，包括被认为是近畿地方盟主所使用的祭坛等大型建筑遗迹、铸造被用于祭祀的铜铎等工坊遗迹，以及弥生时代最大、最上乘的翡翠质地勾玉等等。当地建有根据从遗迹中出土的陶器上的绘画复原而成的楼阁，让现代人可以一观当时的建筑风貌



### 邪马台国与缠向遗迹

在地方群体相互抗衡的情况下，日本维持了一段时间的稳定，直到二世纪后期，终于发生了大规模的战乱。内乱席卷整个日本，人们共同拥立名为卑弥呼的女王，成立“邪马台国联盟”。有一派学说认为邪马台国位于九州，而近年来的证据则倾向支持位于樱井市缠向遗迹的说法。该遗迹南北长约1.5公里，东西宽约2公里，占地面积相当大。基于以下4个理由，这里被认为最有可能是大和王权最初的兴起之地。



- 1 占地面积很大。
- 2 出土了众多在九州和关东等地制作的陶器。从彼此的交流地区来看，推测这些都是进贡给国王的贡品。
- 3 该地区最先建造了众多巨大的古坟。
- 4 农耕工具的出土量比较少，而建筑工具的出土量比较多。

由于调查发掘面积还不到整个遗迹的2%，仍有很多未解之谜有待厘清。



©寺泽薰·加藤爱一

### 古坟时代/大和时代 三~七世纪

大和王权继承了邪马台国的势力。大和广纳日本各地的强大势力为盟友，几乎将整个日本都掌控在其手中，成为日本的中心。从此，“大和(YAMATO)”逐渐成为“日本”的代名词。如今，日本人仍将日本精神称为“大和魂”，而冲绳地方的居民也将日本本土(北海道~九州)的居民称为“大和民族(YAMATONCHU)”。日本的原型就在此时期建立了起来。由于众多大规模的前方后圆型古坟建造于大和时代，以埋葬国王和有权人士，因此大和时代又被称作“古坟时代”。



### 飞鸟时代之后 六世纪末~

佛教从中国大陆传到日本，企图让天皇改信佛教的苏我氏和守护传统神道的物部氏发生冲突。最后，苏我氏获胜，并迁都到大和西南方约10公里处的飞鸟。此后的约100年被称为飞鸟时代，后来迁都至奈良。在奈良经过84年之后，再次迁都至京都。此后长达1000多年的时间里，京都一直都是日本的首都，直到近代，才迁都至东京。曾经统治日本的大和王权，也从历史的舞台退入幕后，销声匿迹。



## 大和地区全图

YAMATO地区东西向有近铁电车大阪线，南北向有JR樱井线，两线汇聚于樱井车站，此地就是大和地区的中心地带。从大阪或京都前往樱井车站都很便利，建议您规划行程时，以樱井车站为旅途的起点。本地的行政区划分为樱井市、天理市、矶城郡川西町、三宅町、田原本町、宇陀郡曾尔村、御杖村等等，以下按照观光设施的类别分四个区域作介绍。

※详细信息以当前2017年的资料为准，今后有可能会变更。



## 走古人之幽径

### 山之旁道

这是一条途经奈良盆地东侧山麓、连接樱井市三轮山和奈良市春日山的南北向道路。山之旁道在日本文献所记载的道路中拥有最悠久的历史，有着“日本第一古道”的称号。

其中，又以樱井寺大神社与天理市石上神宫之间路段上的景色最为优美，全长约10公里，是极负盛誉的徒步之路。

东面山势徐缓而立，西面可将奈良盆地尽收眼底。

路旁有大片农田和果园，沿着走道前进，一座又一座的神社和古墓依序出现在眼前。

历来有无数骚人墨客以和歌吟咏沿途旖旎的风光，如今美景依旧，不禁让人触发思古之幽情。

#### (关于散步的一些建议)

本路段几乎已全部规划为行人专用道，车辆不可通行。

道路坡度平缓，可轻装出行。

途中有些地方设有饮料的自动贩卖机。

餐馆也有几家，但为数不多，建议您自行携带食物或餐点，可在途中选择景色优美之处驻足享用。

全长16公里，如果要全部走完，则需要1天以上的时间。

最佳建议是从三轮车站出发，沿山之旁道步行抵达柳本车站。







## 拜殿

重建于1664年 重要文化财产

一般而言，日本神社将神灵依附的物体称为“御神体”，将安置“御神体”的建筑称为“本殿（正殿）”，而与“正殿”相对而立的建筑又被称作“拜殿”，即信徒祈福之处。前来参拜的信徒通常会在拜殿入口处的油钱箱前进行祈福。大神神社将整座三轮山视为御神体，因此并未设立正殿，至今依然保留着将大自然本身视为神灵的原始神道形式。



庄严肃穆的神话舞台

## 大神神社

建造年代不详 史前时代

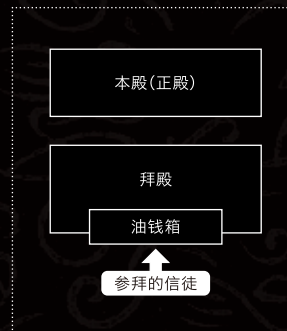
这是一建筑风格古色古香、神话故事多次提及的神社，同时又被认定为日本最古老的神社。

本神社将整座三轮山当作神灵进行供奉，至今依然保留着原始神道的形式。

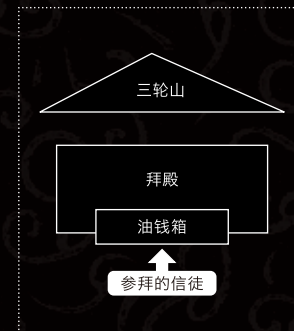
神社内相当宽广，在三轮山的山麓有多处值得探访的景点。

建议您放慢脚步，一个一个景点轮流参观，感受三轮山的灵力和当地百姓传承千年的信仰气息。

自成一派的神社



大神神社







### 三轮山

这座山被视为神圣不可侵犯的圣山，因此山林中的一草一木都不得采伐，保持着数千年前的原始林貌。可上山攀登。单程时间需1小时左右。山里是神圣的场所，因此禁止在山上饮食、拍照和使用移动电话。有些信徒会赤脚登山，以感受更强烈的圣山灵力。只要符合下列条件，外国人亦可上山。

**i** 有日籍导游陪同或具备流利的日语会话能力。  
持有可使用日本国内系统通话的移动电话。





### 三连式鸟居

这座鸟居矗立于神之山、三轮山和拜殿之间的重要位置。鸟居本身的地位相当于正殿，被人们认为具有神圣性。三连式鸟居又被称作“三轮鸟居”，象征着大神神社的原始信仰，非常特别。如欲参访，请至“参集殿”报名。本神社提供“拜殿”内的导览，目前仅有日语服务。



### 鸡蛋与酒

根据日本最古老的史书《日本书纪》（公元720年）的记载，传说大神神社所供奉的大物主神曾化身为蛇形现身，因此神社内各处都摆供着鸡蛋和酒，相传这两样是蛇最喜爱的食物。







### 大美和之杜眺望台

站在高台上放眼望去，映入眼帘的是矗立于樱井市区、高达32.2米的大型鸟居和优美的山峦。左手边有三座形似丘陵的山峰，右起分别是耳成山、亩傍山和香具山。这三座山合称为“大和三山”，在距今1000多年的短歌中被吟咏。

“香具山爱恋亩傍山，与耳成山相争。”

自神之时代起即是，二男争一女之势，如今亦然。欢迎到此亲临眺望夕阳美景，触思古之幽情。

交通方式	从樱井车站出发 8分钟 车费 140日元  JR 樱井车站  往奈良方向 3分钟  步行 5分钟  大神神社
全程参观时间	2 ~ 4 小时
地址	奈良县樱井市三轮 1422
电话	0744-42-6633



## Origin of Sake Brewing —“酒造”（酿酒厂）的发祥地—

第10代崇神天皇时期（约公元三世纪左右），日本发生瘟疫，天皇为此苦恼不已。有一天，大神神社的神明大物主出现在天皇梦中，告诉他“隆重祭祀”。于是，天皇命令高桥活日命酿造顶级好酒，并用这佳酿来祭祀神明。不久之后，瘟疫果然平息下来，国家也变得平安祥和。大家都认为这是神明接受了好酒的款待。因此，高桥活日命被尊为杜氏（酒厂负责人）之神，被供奉在大神神社的摄社（附属的神社）中，摄社的名字是“活日神社”。供奉给神明的酒被称为“MIWA”（三轮），而三轮在和歌中的枕词（成对的前置词）则是“UMASAKE”（美酒）。这表明了大神神社与佳酿之间的历史源远流长，经久不衰。



### 酒祭 每年 11月14日

大神神社内所供奉的神明自古以来就被尊为酿酒之神，倍受人们崇敬，这场庆典是日本全国各地的酒造（酿酒厂）在每年开始酿酒时为了祈祷新酒酿造的安全而举行的仪式。参加者是来自全国各地的酿酒业者和“杜氏”（酒厂负责人）。仪式中由四名巫女表演“美酒三轮之舞”，这是以高桥活日命将神酒献给天皇时咏唱的和歌改编而成的神乐。同时社方会在神社内举办全国名酒展览以及免费赠饮佳酿的活动。此外，社方会将杉树叶制作成直径约1.5m、重约200kg的“大杉玉”，作为酿酒之神的象征。仪式进行的前一天，会在拜殿和祈禱殿中挂上色泽青翠的全新“大杉玉”。庆典结束后，社方会将象征酿造安全的红色“御币”（纸质祭器）和象征酿酒业者的“印之杉玉”分发给各地的酿酒业者和酿酒厂商。



# Origin of Somen Noodles

## — 挂面的发祥地 —

### 沁凉精致的美食 挂面

外国人所熟知的日本面食，不外乎荞麦面、乌冬面和拉面。而挂面（日文称作“素面”）同为日本常见的面食，但知道挂面的外国人却极少。挂面是一种白色的面条，原料是小麦粉，外观类似意大利面，但挂面面条极细，直径小于1.3毫米。最主流的做法是煮熟后放在冰水中冷却再食用。面条本身没有调味，可以沾酱汁享用，吃法简单，重点在于其滑溜的口感。另外也有像乌冬面一样的热汤面吃法，日文称作“入面”或“煮面”。挂面吃法冷热皆宜。在三轮以外的地方鲜少有机会能品尝到，绝对值得一试。



### 挂面的发祥地 三轮

在1200多年前的饥荒中，大三轮的神明后裔，也就是神主一族首次制作出挂面。后来，他们将挂面的制作方法推广给一般民众。如今，当地的人们依然遵循古法制作挂面。晒挂面的情景真可谓是冬日里一道独特的风景。面条制作得越细，就越需要娴熟的制面技术，所以面条越细等级就越高。另外，经过长时间熟化的面条更有嚼劲，因此也被视为高级食品。

#### 制作方法

1



在面粉中加入水和盐并开始和面。

2



将面团拉成粗绳状。

3



一边涂抹油，一边将面团拉成长绳状。

4



将长绳状的面团挂到两根棍子之间。

5



将挂有面团的棍子吊到高处。

6



注意不要让面团相互粘合，将面团拉成长约2m左右的面条。

7



日晒晾干。

8



裁切面条使长度一致。

9



装入木盒中，完成。





## 狭井神社

本神社以消除病痛而闻名，参拜殿的左后方有一口水井，从水井涌出来的井水自古以来被奉为“药水”，据说喝下就能消除百病。到了现代，本神社更成为制药公司的信仰对象，很多排列在参道上的灯笼都由制药公司赠予。使用“药水”作为制药第一步的习俗也一直流传至今。



## 玄奘庵

建立于公元782年

玄奘是一位曾经侍奉过天皇的高僧，由于他厌恶世俗，于是隐居于此。这座佛寺有着绝世脱俗的静谧氛围，不难想象玄奘当初为何在此建庵。庭院精巧而优美。内有被列为重要文化财产的不动明王像。

## 桧原神社

建立年代不详

此地被认为是古代的祭祀场所，神社内仅有盘座（有神明降临的巨岩）、用榊木（有神灵附于木，用于祭神仪式）建造的神座以及立于最前方的三连式鸟居。本神社与大神社相同，未设立正殿，非常特别。



鸟居的正对面是二上山的景观。从这里放眼望去，夕阳更是格外美丽。每逢春分和秋分，夕阳都会落于二上山的两个山峰的正中央。

## 元伊势

“元伊势”原本是“天照大神”被迁到伊势神宫之前受人供奉之地。以三轮山的山麓为起点，这尊神明曾经辗转巡回各地，最终才镇守于现在的伊势地区。桧原神社代表了最初的“元伊势”，因此拥有着众多虔诚的信众。



## 穴师坐兵主神社

从山之旁道往东前进，登上约300米缓坡后，方能抵达郁郁苍翠的神社。  
优美的神殿位于正对山壁之处，环境清幽静谧。  
仿佛只要独自静下心来虔诚祈祷，神灵就会现身。



## Origin of Sumo 相扑神社

相扑神社位于通往穴师坐兵主神社的路旁。  
大约2000年前，  
野见宿祢和当麻蹴速在垂仁天皇面前进行了相扑比赛。  
据说这是日本国技“相扑”的起源。  
当时的相扑允许脚踢攻击，  
据说野见宿祢一脚踢断了当麻蹴速的腰椎，结束了他的生命。  
从此之后，野见宿祢就被奉为相扑的开山始祖。



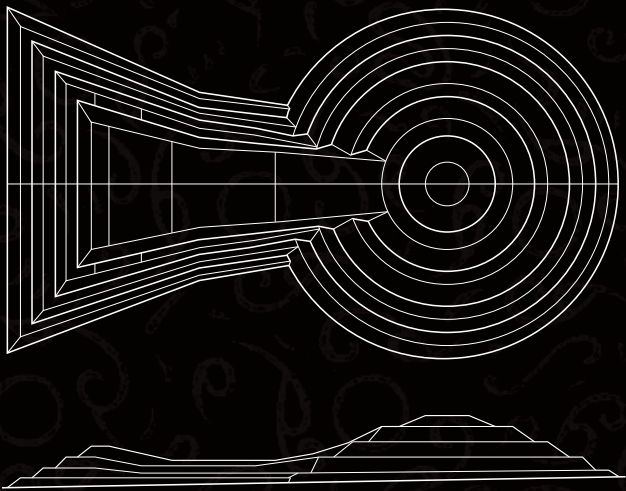


# 大和古坟群

所谓古坟，是指以土堆成坟丘构造的坟墓，尤其在东亚地区，盛行于地位崇高者或者当权者兴建坟墓。在日本史中，古坟一词一般专指日本在三世纪中叶到七世纪建造的坟墓。大和地区有很多这种前方后圆型古坟，包括山道旁的大和、柳本、缠向古坟群以及西边的三宅古坟群等，整个大和地区共有2000座以上的古坟。

## 前方后圆型坟

这是一种古代的坟墓样式，形状类似钥匙孔。这种坟墓样式于三世纪中叶开始出现在大和地区，之后扩散到全国各地。直到七世纪初期，仍有人建造这种样式的坟墓，这种古坟样式的扩散也意味着大和政权的势力不断得到扩大。



## 结构

圆形部位于后方，被称作后圆部。死者被埋葬于古坟的顶部区域。丘陵部位以石头砌成，坡度较陡，部分古坟四周还有壕沟围绕。棺材用石头和粘土严密封实。为了驱邪，有些古坟的棺材四周还布满铜镜。学者认为侍奉国王的随从们也会随国王殉葬。由于活人殉葬的习俗太过残忍，公元四世纪时的垂仁天皇下令废除殉葬，改以“埴轮”，即将人形或动物形状的人偶当作陪葬品。





# 山之旁道上的古坟

在山之旁道上，有着历代天皇和当时有权人士留下的古坟，其规模相当庞大。为了保护古迹，古坟禁止入内参观，但可以靠近古坟周围的壕沟。站在拥有千年以上历史的古坟面前，思古之情不禁油然而生。



## 箸墓古坟

建造于 公元三世纪中叶

属于前方后圆型古墓中最古老的一群。这座古墓被认定为“倭迹迹日百袭姬命”(YAMATOTOHIMOMOSOHIMENOMIKOTO)的坟墓，也有人认为这座古墓的主人可能是邪马台国的女王“卑弥呼”。

全长280米 最高处30米  
前方宽130米 后圆部的直径160米



島之山古坟

## 景行天皇陵

建造于 四世纪后半期

被认定为第十二代景行(KEIKOU)天皇的坟墓。是日本第七大古坟。

全长310米 最高处25米  
前方宽170米 后圆部的直径168米



## 三宅古坟群

以全长约200米的島之山古坟(四世纪末~五世纪初)为中心,范围扩及矶城郡三个町,公元五世纪后半期到六世纪前半期为最鼎盛时期。包括小型古坟在内,目前共发现17座古墓。三宅町这个地名,来源于大和王权设置的直辖地“屯仓(MIYAKE)”,屯仓与三宅谐音。当时的国王在屯仓发展农业,积累财富,进而建造了古坟。埋葬在古坟中的都是当时屯仓的有权人士。屯仓的这种统治制度随后被逐渐推广到日本全国各地,成为地方行政管理的先驱。



## 崇神天皇陵

建造于 四世纪后半期

被认定为第十代崇神(SUJIN)天皇的坟墓。

全长242米 最高处31米  
前方宽100米 后圆部的直径158米



寺之前古坟



瓢箪山古坟





## 长岳寺

建立于公元824年

本寺由高野山的开山始祖空海创建。穿过大门，行经两侧杜鹃墙一路延展的鹅卵石参道后，抵达日本最古老的钟楼门。本寺院内宽广，有许多已列为重要文化财产的建筑、佛像及石像，一年四季百花争艳。



## 竹之内、营生环状壕沟村落

十四~十六世纪

为了抵御外敌，当时人们在村落外围挖掘壕沟，至今仍有人居住在这里。据说其历史渊源可上溯到室町时代。虽然壕沟已被填平，但仍有部分遗迹被保留至今。

竹之内村



## 阿弥陀三尊

建造于1151年  
重要文化财产

外观庄严大方，极具分量，再加上写实的诠释方式，与当时以纤细优美为主流的佛像风格截然不同，被视为随后镰仓时代（运庆、快庆等）艺术风格的起源。同时也是以最早运用“玉眼（佛像眼球部镶嵌水晶的技法）”技术而著称的佛像。

地址 | 奈良县天理市柳本町 508

电话 | 0743-66-1051



村落中的很多建筑物都是古迹，当时为了应对外敌的侵袭，村落内部被设计成宛如迷宫般的布局。欢迎您前来村落，漫步其中，欣赏美景。

竹之内村

28

27





### 夜都伎神社

静谧地坐落于山脚下的小型神社。  
茅草屋顶在这一带是相当罕见的建筑形式，  
宛如民间故事中最古老、最经典的质朴神社。



### 内山永久寺遗迹

内山永久寺建立于十二世纪，曾经领受过仅次于东大寺、兴福寺和法隆寺的隆重待遇，更被誉为“西部的日光东照宫”，吸引着众多信徒前来参拜。直到十九世纪后半期，在废佛毁释运动中遭到摧毁。佛寺如今已成一片田野，只遗留着过去庭院中的池塘和石碑。置身于这佛寺的遗迹中，想必更能体会佛家常说的“诸行无常”吧。





传说中的宝剑真实存在于此

## 石上神宫

这座神社是日本最古老的的神社之一，神社内栖息着放养的鸡，这些外形优美的鸡被认为是神明的使者。本神社将传说中天皇用来平定日本的“布都御魂剑”的长眠之处作为祭祀场所，多年来未曾建立正殿。1874年，进行了挖掘和调查，发现果然有宝剑埋藏于此。本神社目前将安放这把宝剑的神殿作为正殿。



## 拜殿

国宝 迁建于1081年

据说这座拜殿原本是百河天皇（在位时间为1073~1087年）在京都的宫中所造，后来捐献给石上神宫。这是现存最古老的拜殿。



## 出云建雄神社 拜殿

国宝 建立于1137年

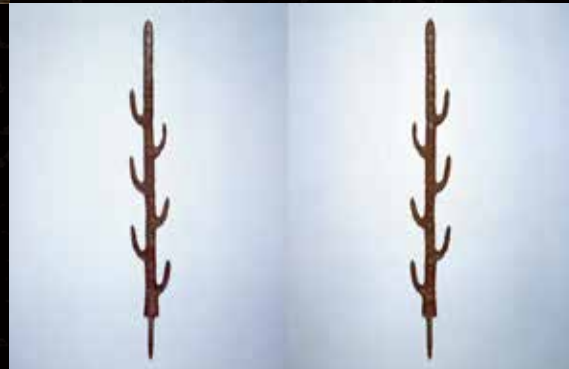
这座拜殿原本是内山永久寺的建筑，迁建于1914年。如今，内山永久寺已不复存在，这座被保存下来的拜殿显得更为珍贵，被指定为国宝。



## 七支刀

国宝 制作于公元369年 不对外公开

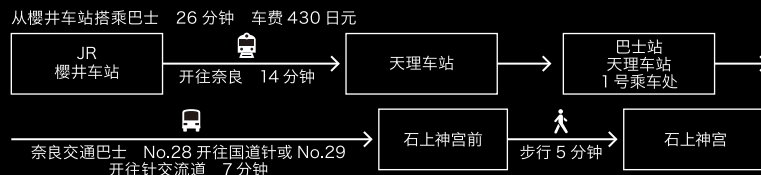
全长74.8厘米，是真实存在的传说宝刀之一。公元八世纪的史书《日本书纪》中有提及这把宝刀，据推测，这把宝刀是当初百济国所进贡的贡品。学者认为这把宝刀并不是具有实用性的武器，而是用于祭祀的象征物。



开放时间 5:30 ~ 17:30 左右(日出、日落)

参拜费用 免费

交通方式



全程参观时间 1~2小时

地址 奈良县天理市布留町 384

电话 0743-62-0900



# Origin of Japanese Poetry

## — 日本诗歌的发祥地 —

### 万叶集

万叶集由创作于公元五世纪左右至八世纪后半期的诗歌汇集而成，是日本历史最悠久的诗歌集。诗歌创作者的身份形形色色，从天皇、贵族、一般官吏到士兵，其中共收录了诗歌4500首以上，一般认为成书年代在公元759年之后。卷首诗歌所歌咏的对象为大和地区，而整部万叶集中共有240首诗歌也在颂赞此地，此外还有部分歌碑留存到当代。下面给大家介绍几首保留在山之旁道歌碑上的诗歌。

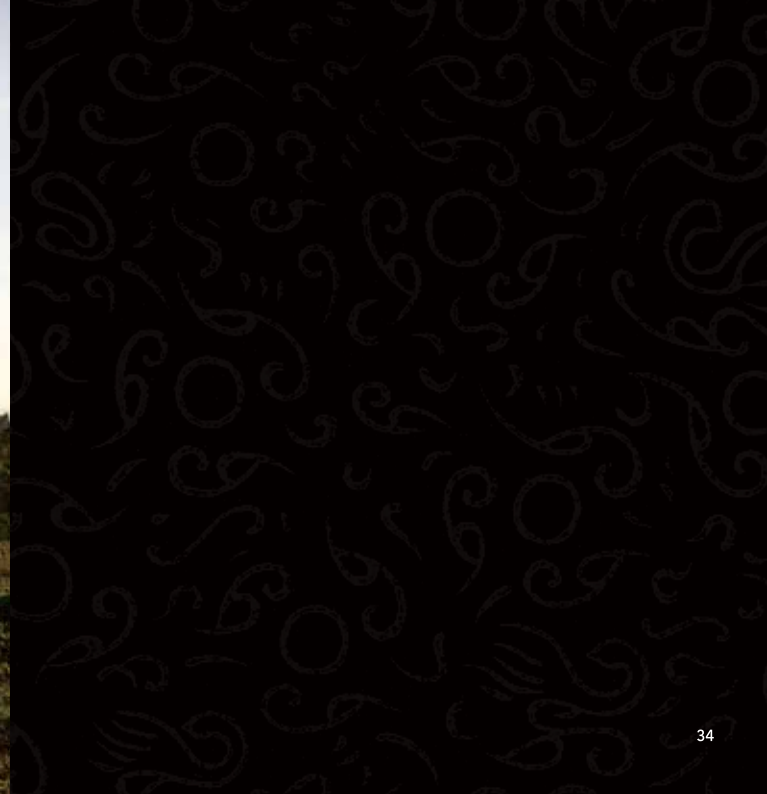
在这大和之国，倘若还有第二个你，  
我又何须如此哀叹？  
就是因为只有一个你，才叫我如此叹息不已。

作者 不详 时代 不详



为何云总要将三轮山隐藏起来，  
让它如此难得一见，令人感到遗憾？  
姑且不论人心如何，  
至少云应该给我一些关怀之情。

额田王 作于公元七世纪后半期





不仅能欣赏古迹,文化体验更丰富

## 安倍文殊院

创建于七世纪

本寺院以大智文殊菩萨为本尊,是著名的日本三文殊之一。由于文殊菩萨掌管智慧,很多考生都会前来参拜,祈求金榜题名。本寺院历史长达1300余年,一直都是民众的信仰中心。各时代的古迹和建筑遍布于院内,比如像七世纪的古坟、中世纪的著名雕刻以及现代的佛堂等等。除了欣赏古迹,本寺院更提供独特的体验活动。专为远道而来的旅客设计的体验活动,值得您亲临感受。



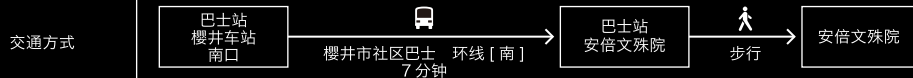
### 金阁浮御堂与七参仪式

建于1985年

由源起于当地的安倍一族兴建并用于祭祀的金色佛堂。佛堂内供奉着珍贵的佛像。

参拜时间	9:00 ~ 17:00
参拜费用	<b>A</b> 正殿 渡海文殊像(附赠抹茶、和果子) 成人 700 日元 小学生 500 日元
	<b>B</b> 金阁浮御堂灵宝馆(附赠七参仪式纳札、护身符) 成人 700 日元 小学生 500 日元
	<b>A+B</b> 成人 1200 日元 小学生 800 日元

从樱井车站步行 20 分钟或搭乘巴士 7 分钟 190 日元



※巴士约每 1~2 个小时 1 班,敬请注意。

全程参观时间 1~2 小时

地址 奈良县樱井市阿部 645

电话 0744-43-0002

## 渡海文殊

国宝 建于1203年

骑在狮子背上的文殊菩萨及四位随从。五尊佛像均为国宝。由镰仓时代(1185~1333)最具代表性的佛师快庆建造而成。高达7米,是日本最大的文殊菩萨像。



### 抹茶与和果子

进入正殿后,可享受抹茶与和果子。在静谧的佛堂中享用抹茶,让您获得别开生面的珍贵体验。



### 七参仪式

消灾解难的仪式。一边祈祷“消除〇〇”(例如“消除病痛”),一边绕行浮御堂一圈后纳札。同样的程序需重复七次。信众认为这样做可以消灾解难。唯有造访本寺院,才能拥有如此特别的体验。非常值得一试。



### 文殊院西古坟

建于七世纪左右 国家指定特别史迹

可进入如同埃及金字塔般的古坟石室中进行参观。据说这座古坟是安倍寺的创建者安倍仓梯麻吕的坟墓。



沉浸于祥和的佛心中

## 圣林寺

建立于八世纪

这座寺院安静地坐落于樱井市郊的高台上。  
从山门望去，三轮山的美景一览无遗。



## 子安延命地藏菩萨

建立于十八世纪

这座地藏菩萨像是圣林寺的本尊，  
同时也是保佑安产、养育子女以及求子的佛像。  
本寺的僧人文春因自己的姐姐以及众多村人为难产所苦，从而建造了这尊地藏菩萨像。  
他曾经背着自己制作的木雕佛像云游全国各地，  
进行募捐，历时四年零七个月。  
如今，此处已成为信仰之地，吸引着众多祈求安产和求子的信徒前来参拜。



## 十一面观音

国宝 制作于八世纪

这尊佛像散发着祥和的气息，  
仿佛足以包容世间的一切。  
许多艺术家都对这座佛像赞不绝口。  
这尊佛像为日本雕刻史上的代表作之一，  
由于观光客不多，  
这尊佛像总是沉浸在静寂的气氛中，  
来此参访更能在平静中体会佛心的真谛。  
这座佛像曾经是三轮山大御轮寺的本尊。  
到了明治年间，随着神佛分离、  
废佛毁释的运动愈演愈烈，  
这尊佛像于1868年被迁移到此地避难。  
自从日本实行国宝制度之后，  
这尊佛像在第一期评选中即被选定为国宝，  
同期被选定为国宝的佛像仅有24尊。

参拜时间 | 9:00 ~ 16:30

参拜费用 | 400日元 ※仅11月份因举办“曼陀罗展”调整为500日元

交通方式 | 从樱井车站出发10分钟 230日元



※巴士约每小时1班，敬请注意。

全程参观时间 | 30分钟~1小时

地址 | 奈良县樱井市下692

电话 | 0744-43-0005



改变了日本历史的鲜红神社

## 谈山神社

创建于七世纪

这座神社坐落于人迹罕至的深山中，似乎让凡人难以轻易靠近。让日本历史骤然一变的政变“乙巳之变 (ISSHINOHEN)” (公元645年) 之所以会将此地作为秘密商议的场所，或许就是因为这里远离人烟。神社内共有17处重要文化财产，其中包括全世界独一无二的木造十三重塔。这里与其称为神社，倒不如说是一座优雅的城寨，不难想象这里曾发生过多场战役。溅血般鲜红的建筑物与红叶相互辉映，让这里成为赏枫胜地，吸引着全国各地喜爱枫红的游客来访。日光东照宫 (栃木县、世界遗产) 的建造正是以本神社为蓝本。希望您也能够欣赏到这些坐落于深山中的优雅建筑群，感受其庄严神圣的气氛。







中大兄并中臣連丹波麻呂等逃入鹿嶋流河不進咄嗚即驅彼等使  
 入鹿嶋入鹿嶋起古麻呂連主揮鉞斬其一脚入鹿嶋就御座叩頭  
 知禮乞書為祭天皇大發詔云何事如此耶中大兄伏地奏云彼等  
 皇位豈以天孫代鞍依乎臣指致向背大兄至等天皇至入鹿嶋于  
 古麻呂等令謀入鹿一說云中大兄連丹波力打箭入鹿嶋中大兄  
 御座尸二說云鹿首元亦付鹿嶋二說云首元亦付鹿嶋二說云  
 起是中大兄多錄一連日合共立皇新入鹿流血數拜依斬則之魁怒目  
 連打放入鹿首其首隨鹿出鹿矣于中古連丹波四期時宮中震動皆



## 乙巳之变 (ISSHINOHEN) 公元 645 年

在公元七世纪上半叶，由于朝廷的统治者苏我氏专横滥权，导致国家动荡不安。为了匡正天下，藤原镰足拉拢中大兄皇子为盟友，一起发动政变。最终，苏我氏在政变中灭亡，两人借此掌握政权，平复天下，为日本的繁荣发展奠定基础，史称“乙巳之变”。这座神社所供奉的就是政变中的功臣藤原镰足 (FUJIWARANOKAMATARI)。他是日本最有名的贵族藤原氏的始祖。藤原氏一族之后持续统治日本长达400年，而且1200多年来，藤原氏一直都是势力强大的贵族。由于德川家康（开创江户幕府，统治日本长达400年）非常尊崇藤原镰足，因此日光东照宫也是模仿这座神社而建成的。

参拜时间	8:30 ~ 16:30
参拜费用	成人 600 日元 / 小学生 300 日元
交通方式	从樱井车站搭乘巴士 30 分钟 490 日元 
全程参观时间	1 ~ 2 小时
地址	奈良县樱井市多武峰 319
电话	0744-49-0001



# Origin Of Japanese Entertainment

## — 日本表演艺术的发祥地 —



### 土舞台

依据日本最古老的史书《日本书纪》的记载，612年，当时的有权人士圣德太子将一种从中国大陆传来日本、被称为伎乐的表演艺术引入当地，让当地的少年学习这种带上面具表演逗趣戏码的戏曲技艺。“土舞台”是日本第一个国立剧场，同时设立国立戏剧研究所，成为日本演艺文化发展的重地。如今，此地依然会时常举办音乐演奏会等活动，向日本演艺史致敬。



### 谈山能乐

让能乐登峰造极的观阿弥与世阿弥父子非常重视谈山神社，将此地视为扎根之地。每年五月中旬，谈山神社都会在神社境内举办能乐表演，以敬献神明。亲临此地参观，您定能深刻感受到能乐诞生时的情景。



### 能乐

从土舞台流传下来的伎乐得到朝廷的保护，得以在贵族面前表演。到了八世纪末，伎乐失去朝廷的保护，逐渐成为一种在神社、寺院或街头的表演形式。随后，与农民以及一般大众的演艺内容相融合，演变成一种日本特有的表演艺术，也就是能乐的前身。到了十四世纪中叶，出现了四个势力庞大的剧团，称为“大和四座”，可以说是风靡一时。其中，外山座是现代能乐宝生流的起源，当时，外山座主要在谈山神社进行表演和活动。在宗像神社，立有一块“宝生流发祥地”石碑。“结崎座”的观阿弥和世阿弥父子将能乐升华到艺术的境界。观阿弥为当时以幽默风趣为中心的表演内容编入音乐和舞蹈，使能乐升华为一种更具美感的表演形式。到了世阿弥的时代，则进一步完善了以死者为中心的能剧“梦幻能”。从死者的视角口述剧情，这种表现形式是能乐独树一帜的特色，一直传承到现代。2008年，能乐更首先例成为日本第一项荣获联合国教科文组织认定的无形文化遗产。

### 观世流的发祥地 结崎

据说当时有一副面具从天而降，观阿弥带上了那幅面具，在将军面前载歌载舞，博得一致好评。后来观阿弥就定居在川西町结崎，也是能乐得以发展的重地。



面塚 (观世流发源地的纪念碑)





在幽静的山寺寻访佛心

## 长谷寺

建立于八世纪

本寺依山而建，与大自然浑然一体，极富自然美感。本寺院四季百花争艳，备受民众喜爱，被人们称为“花之御寺”。院内共有30座建筑，周围是古色古香的门前町，町内有特产店、日式旅馆等等，建议您预留几个小时的时间，以悠闲的步伐寻幽访胜。登上通往正殿的石阶后，映入眼帘的是令人屏息的美景和壮观的佛像。不仅佛寺值得一看，这里的观光客也比京都少得多，更能让您融入寻访佛心的幽静中。本寺是真言宗丰山派的总本山，全国三千多家分院都以本寺为中心。或许您还能看到众多僧侣在此修行的情景。



## 登廊

重要文化财产

通往正殿的台阶坡度平缓，景致秀丽。台阶全长约200米，若以日本古时单位“间”来衡量，则为108间（1间约2米）。佛教认为人有108种烦恼，相传每前进1间，就会消除一种烦恼。



## 正殿

重建于1650年 国宝

正殿建于断崖绝壁上。登上石阶后方能抵达正殿。高台上清风徐徐，为您拂拭攀登石阶时的汗水。放眼望去，尽是令人屏息的美景。位于前方的是巨大的佛像，正殿则是其后为了供奉这座佛像而修建。





## 十一面观世音菩萨立像

建造于1538年 重要文化财产

高10米18厘米，是日本国内最大的木造十一面观音像。这座观音像的表情有三面慈悲、三面愤怒、三面赞许、一面领悟以及一面笑容，共计十一张面容。

进行特别参观活动时，可以进入佛像脚边的区域。

参拜者对着佛像屈膝跪地，触碰佛像的足部并祈福。

佛像足部的色泽不同于其它部位，

这是几百年来不计其数的人以同样的方式对着佛像祈福所留下的结果。

## 早课

本寺的修行已有千年以上的历史，每天清晨正殿都会进行早课。

在清幽的早晨共聚一堂朗诵经文，是难得的神圣体验。

每一位曾经体验过的旅客，都表示非常值得一试。

希望远道而来长谷寺的您千万别错过这样难得的机缘。



**i** 4月~9月早晨6:30开始。10月~3月早晨7:00开始。正殿受理处在开始前30分钟内接受报名。由于仪式庄严神圣，敬请注意服装仪容，建议不要穿着下摆过短的裙装或裤装。如果您有意参观早课，建议您选择长谷寺附近的旅馆住宿。



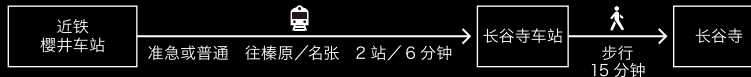
## 门前町

这是一个专为前来长谷寺参拜的香客而发展起来的庙口小镇，古色古香的街道上，林立着众多餐馆、特产店和旅馆等。本地特产草饼（艾草糯米糍粑）和挂面都值得试一试。镇上的旅馆有传统的日式旅馆，也有西式的民宿，新旧并陈，为您提供多样的选择。如果您有意参观早课，建议您选择就近的旅馆住宿。

参拜时间 | 4月~9月 8:30~17:00 | 10月~3月 9:00~16:30

费用 | 成人、初高中生 500日元 | 小学生、残疾人士 250日元

交通方式 | 从樱井车站前往 约21分钟 210日元



全程参观时间 | 2~4小时

地址 | 奈良县樱井市初瀬 731-1

电话 | 0744-47-7001



## 藁秸长者

藁秸长者(稻草富翁)是日本著名的民间故事,故事的舞台就在长谷寺。



京城有位年轻的武士,他没有父母和妻小,连主人也没有。某一天,他前来参拜长谷观音,对着观音像磕头祈福:“我是不是会当一辈子的穷光蛋啊?请菩萨赏赐我一点东西,希望菩萨能够托梦告诉我。不然,我会一直在这里祈福。”于是,观音菩萨告诉他:“离开寺院之后,把你第一个拿到的东西收藏起来,好好珍惜。”



那人吃完橘子,马上就恢复了精神,开心地送给年轻武士一匹布作为谢礼。



又走了一会,年轻武士又遇到一位武士和一匹倒地不起的马。



这位武士提议用那匹倒地不起的马和年轻武士交换那匹布。看那匹马实在太可怜,年轻武士于是答应用布匹交换那匹马。



结果,这位年轻武士一出寺院大门就绊了一跤摔倒了。就在这时,他把一根稻草抓在手里。



于是,他就遵照菩萨的指引,将那根稻草收起来带在身上,结果引来了一只恼人的苍蝇在他身边飞舞。



他把苍蝇抓起来绑在稻草上,继续向前走。



他朝着观音菩萨的方向祈祷,希望菩萨保佑那匹马赶快好起来。



结果那匹马果然恢复了元气。



年轻武士带着恢复元气的马走在路上,突然遇到一位大财主,这位大财主说自己有急事,必须火速上京一趟,想借年轻武士的马来骑。



紧接着,迎面来了位小朋友,见到他就说想要那只绑在稻草上的苍蝇,年轻武士就把苍蝇给了小朋友。于是,这位小朋友给了他一个橘子当作谢礼。



走了没多久,年轻武士遇到一个人,这个人说他口渴得受不了。



出于同情,年轻武士把橘子给了他。



年轻武士爽快地答应了。这位大财主说自己会离开家三年左右,要是三年之后他还没有回来,就把家业全部送给年轻武士。



年轻武士足足等了五年。



大财主终究还是没有回来,于是他继承了那些家业,从此过上了幸福快乐的生活。



## 绽放在秘境中的佛教艺术

### 室生寺

建立于八世纪

本寺坐落于深山，拥有数百年历史的建筑和未经人为破坏的大自然美景浑然天成。由于本寺地理位置偏远，躲过了各种战祸，寺内的建筑物和佛像都完整保留着原始风貌，其中很多已被列为国宝。日本最具代表性的摄影师土门拳曾说“此地乃日本之所在”，而室生寺是他毕生造访的最后一站。建议您放慢脚步，在森林的沐浴中悠闲地观赏美景。



### 通往奥之院的路

穿过长满参天古树的森林，登上约400级的石阶，方能抵达奥之院。道路险峻，但景色绝美。千万别忘记参访奥之院。

### 室生寺的佛像

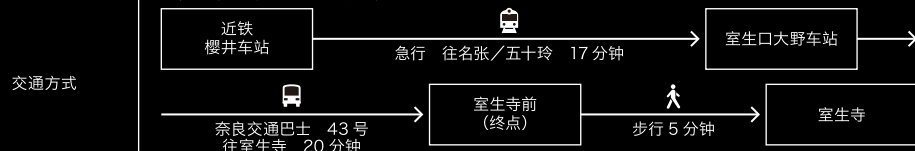
国宝三项，重要文化财产六项，绝大部分都是八世纪的古物。拍遍日本各地佛像的土门拳最喜爱的佛像群。



参拜时间 | 4月1日~11月30日 8:30~17:00 | 12月1日~3月31日 9:00~16:00

费用 | 成人600日元 / 儿童400日元

从樱井车站出发 42分钟 车费770日元



※巴士每个小时只有1班，敬请注意。

全程参观时间 | 1~3小时

地址 | 奈良县宇陀市室生78

电话 | 0745-93-2003





## 悬崖上的大佛

### 大野寺

建立于公元681年

坐落于宇陀川岸边的优美寺院。  
寺内共有两棵树龄长达300年的枝垂樱，非常壮观，  
每逢赏樱季节总会吸引众多观光客前来参访。

### 弥勒磨崖佛

建立于十三世纪

从寺院隔河而望，映入眼帘的是一尊巨大的佛像。  
在高达33米的岩壁上挖出凹槽，  
再以水磨技术雕刻出弥勒佛的立像，  
佛像高达13.8米。  
每当夕照时分，佛像会变得格外清晰可见。



## 河边的城外小镇

### 宇陀松山

重要传统建造物群保护区

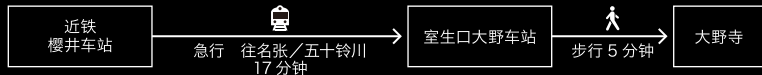
据传城镇的起源是沿河兴起的城下町（城外小镇）。  
小镇上的建筑物新旧并陈，  
有古色古香的酒窖、酱油店、将老屋改装而成的咖啡厅，  
还有上个世纪的老字号商店等。  
时光仿佛停驻在此地。  
当地独有的特产也不少，例如吉野本葛、药草园等等。  
欢迎各位来体验山野村落中的精致文化生活。



参拜时间 | 08:00 ~ 17:00 (3月1日 ~ 11月30日) | 08:00 ~ 16:00 (12月1日 ~ 2月28日)

费用 | 成人 300 日元 (高中生以下免费)

交通方式 | 从樱井车站出发 22 分钟 车费 350 日元



全程参观时间 | 30 分钟 ~ 1 小时

地址 | 奈良县宇陀市室生大野 1680

电话 | 0745-92-2220

交通方式

由樱井车站出发 25 分钟 车费 730 日元



全程参观时间 | 1 ~ 2 小时



## 美丽的日本村庄

### 曾尔村

这座美丽的村庄坐落于大和高原的深处。在得天独厚的自然景观环绕下，还有露营地，欢迎您前来欣赏大自然的美景。



## 神话之村

### 御杖村

本村坐落于大和高原深处，被自然美景环抱。古老的街道穿梭于伊势本街道旁的自然美景中，值得您来此散步或徜徉于大自然中。



### 曾尔高原

一整片芦苇草原从山坡延伸到山谷。草原上铺有观光步道，可供游客轻装散步赏景。附近还有温泉，泡泡温泉消除散步后的疲劳，也是不错的选择。晚上可观赏到满天繁星。



### 御杖神社

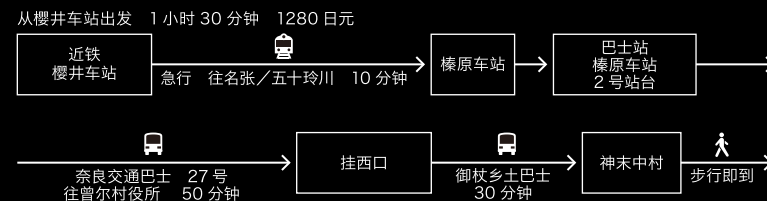
建立年代不详。两棵参天大树将社殿夹在中间。第11代天皇垂仁天皇的女儿倭姬命出访至此时留下一把“杖”。御杖村就是由此得名而来。

交通方式



全程参观时间 1 小时 30 分钟

交通方式



全程参观时间 10 ~ 15 分钟 | 地址 奈良县宇陀郡御杖村神末 1020

### 屏风岩

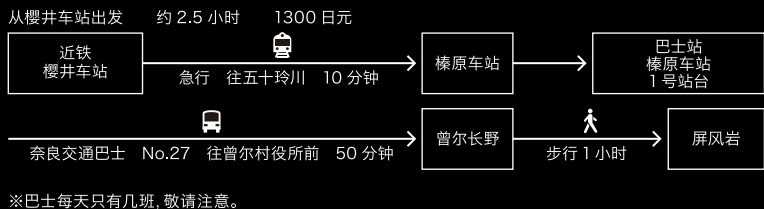
国家天然纪念物。看似“屏风”的奇石。这是一块高200米、宽2公里的悬崖绝壁。每逢赏樱或赏枫季节，景色会格外优美，淡季时游客稀少，更能让您尽情独享大自然的美丽。



### 三峰山

海拔1235m。日本三百座名山之一，冬季常有雾凇美景。春季时鞍线一带遍地盛开的五叶杜鹃极美。

交通方式



全程参观时间 1 小时

交通方式



全程参观时间 来回 4 ~ 5 小时



# 旅游示范行程

以下为巡游YAMATO地区的推荐行程，  
欢迎用作旅途参考。  
以近铁、JR樱井车站为旅游起点。

本村坐落于大和高原深处，被自然美景环抱。  
古老的街道穿梭于伊势本街道旁的自然美景中，  
值得您来此散步或徜徉于大自然中。

## 半日行程

### 寻访佛心之旅 - 长谷寺 -

- 11:50 近铁 樱井车站  
↓  区间准急 往奈良 6分钟 2站
- 11:56 近铁 长谷寺车站  
↓  步行 10分钟 750m
- 12:10 在长谷寺的门前町享用午餐  
↓  步行
- 13:00 前往长谷寺参拜  
↓
- 15:00 在门前町享受下午茶时光  
↓  步行
- 15:50 与喜天满神社  
↓  步行 3分钟 180m
- 16:30 在门前町挑选特产  
↓  步行 10分钟 750m
- 17:11 近铁 长谷寺车站  
↓  往大阪上本町 8分钟 2站
- 17:19 近铁 樱井车站

### 寻访深山古刹之旅 - 谈山神社 -

- 11:30 近铁、JR 樱井车站  
↓  步行 5分钟
- 11:40 巴士站 樱井车站南口  
※请先确认开往谈山神社的巴士时间表。  
↓
- 在樱井车站附近享用午餐  
↓  步行
- 12:50 巴士站 樱井车站南口  
※每小时只有1班, 敬请注意不要坐过站。  
↓  樱井社区巴士 多武峰线 25分钟 8km
- 13:15 巴士站 谈山神社  
※请记得确认开往樱井车站南口的回程巴士时间表。  
↓  步行 5分钟 300m
- 13:30 前往谈山神社参拜  
↓  步行
- 15:30 在神社附近享受下午茶时光  
↓  步行
- 16:10 在神社附近挑选特产  
↓  步行 5分钟
- 16:37 巴士站 谈山神社  
※每小时只有1班, 敬请注意不要坐过站。  
↓  樱井社区巴士 多武峰线 25分钟 8km
- 17:05 巴士站 樱井车站南口  
↓  步行 5分钟
- 17:10 近铁、JR 樱井车站

### 寻访国宝佛像之旅 - 安倍文殊院、圣林寺 -

- 12:00 近铁、JR 樱井车站  
↓  步行
- 12:10 在樱井车站附近享用午餐  
↓  步行
- 13:00 前往安倍文殊院  
↓  步行 20分钟 1.6km
- 13:30 安倍文殊院  
↓
- 14:30 前往樱井车站  
↓  步行 20分钟 1.6km
- 15:05 巴士站 樱井车站南口  
※每小时只有1班, 敬请注意不要坐过站。  
↓  樱井社区巴士 多武峰线 10分钟 2.7km
- 15:20 巴士站 圣林寺  
※确认开往樱井车站南口的回程巴士时间表。  
↓  步行
- 15:30 圣林寺  
↓  步行
- 16:51 巴士站 圣林寺  
※每小时只有1班, 敬请注意不要坐过站。  
↓  樱井社区巴士 多武峰线 10分钟 2.7km
- 17:00 巴士站 樱井车站南口  
↓  步行 5分钟
- 17:05 近铁、JR 樱井车站



## 漫步于亘古境, 发思古之幽情

- 山之旁道 -

- 9:06 JR 樱井车站  
↓ 普通 往奈良 8分钟 3站
- 9:14 JR 柳本车站  
↓ 步行 20分钟 1.5km
- 9:50 长岳寺  
↓ 步行 15分钟 1.1km
- 10:40 崇神天皇陵  
↓ 步行 15分钟 1km
- 11:00 景行天皇陵  
↓ 步行
- 11:30 在附近享用午餐  
↓ 步行 30分钟 2.2km
- 13:00 相扑神社  
↓ 步行 5分钟 200m
- 13:20 穴师坐兵主神社  
↓ 步行 22分钟 1.7km
- 14:00 松原神社  
  
↓ 休息
- 15:00 玄宾庵  
↓ 步行 15分钟 1km
- 15:30 狭井神社  
↓ 步行 2分钟 100m
- 15:50 大美和之杜展望台  
↓ 步行 5分钟 400m
- 16:20 前往大神神社参拜  
↓ 步行
- 16:30 在大神社附近购物  
↓ 步行
- 17:03 JR 三轮车站  
↓ 普通 往王寺 3分钟 1站
- 17:06 JR 樱井车站

## 一日 行程

## 山林野寺寻佛之旅

- 长谷寺、室生寺 -

- 9:20 近铁 樱井车站  
↓ 区间准急 往榛原 10分钟 2站
- 9:30 近铁 长谷寺车站  
↓ 步行 15分钟 1.5km
- 9:45 前往长谷寺参拜  
↓ 步行 10分钟 700m
- 12:00 在长谷寺的门前町享用午餐  
↓ 步行 10分钟 750m
- 12:56 长谷寺车站  
↓ 区间准急 往榛原 5分钟 1站
- 13:05 榛原车站 ※转车  
↓ 急行 往五十铃 6分钟 1站
- 13:11 室生口大野车站  
↓ 步行 5分钟 450m
- 13:20 大野寺 ※确认开往室生寺的巴士时间表。  
↓ 步行
- 14:01 巴士站 大野寺 ※每小时只有几班, 敬请特别留意。  
↓ 往室生寺 13分钟 6.2km
- 14:15 巴士站 室生寺 ※确认开往室生口大野车站的回程巴士时间表。  
↓ 步行
- 14:20 前往室生寺参拜  
↓ 步行
- 16:00 在室生寺附近享受下午茶时光  
↓ 步行
- 16:30 巴士站 室生寺 ※由于是末班巴士, 敬请注意不要坐过站。  
↓ 往室生口大野站 14分钟 6.8km
- 16:54 室生口大野车站  
↓ 急行 往大阪上本町 14分钟 2站
- 17:08 近铁 樱井车站



# 两天一夜行程

## 第一天 漫步于山之旁道，遥望亘古胜境，发思古之幽思 - 山之旁道 -

- 9:06 JR 樱井车站
- ↓ 普通 往奈良 8分钟 3站
- 9:14 JR 柳本车站
- ↓ 步行 20分钟 1.5km
- 9:50 长岳寺
- ↓ 步行 15分钟 1.1km
- 10:40 崇神天皇陵
- ↓ 步行 15分钟 1km
- 11:00 景行天皇陵
- ↓ 步行
- 11:30 在附近享用午餐
- ↓ 步行 30分钟 2.2km
- 13:00 相扑神社
- ↓ 步行 5分钟 200m
- 13:20 穴师坐兵主神社
- ↓ 步行 22分钟 1.7km
- 14:00 绘原神社
  
- ↓ 休息
  
- 15:00 玄宾庵
- ↓ 步行 15分钟 1km
- 15:30 狭井神社
- ↓ 步行 2分钟 100m
- 15:50 大美和之社展望台
- ↓ 步行 5分钟 400m
- 16:20 前往大神神社参拜
- ↓ 步行
- 16:30 在大神社附近购物
- ↓ 步行
- 17:03 JR 三轮车站
- ↓ 普通 往王寺 3分钟 1站
- 17:06 JR 樱井车站
- ↓ 步行 5分钟 100m
- 17:16 近铁 樱井车站
- ↓ 普通 往榛原 6分钟 2站
- 17:22 近铁 长谷寺车站
- ↓ 步行 15分钟 1.5km
- 18:00 入住长谷寺附近的旅馆

## 第二天 山林野寺巡佛，早课诵经之旅 - 长谷寺、室生寺 -

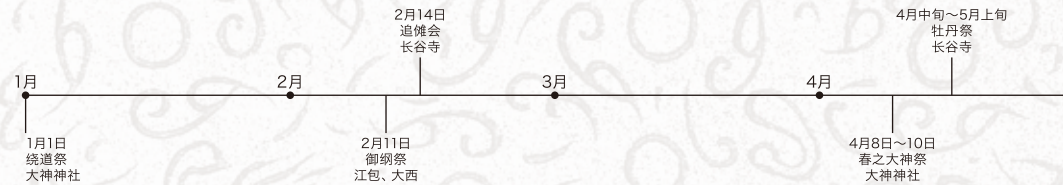
- 6:00 报名长谷寺的早课
- ※10/1~3/31期间于6:30起接受报名
- ↓
- 6:30 参观长谷寺的早课(40分钟)
- ↓
- 7:10 在长谷寺散步
- ↓
- 8:30 回旅馆享用早餐
- ↓ 步行
- 9:30 前往与喜天满神社
- ↓ 步行
- 10:00 在门前町挑选特产
- ↓ 步行
- 10:33 长谷寺车站
- ↓ 区间准急 往榛原 5分钟 1站
- 10:53 榛原车站 ※转车
- ↓ 急行 往青山町 6分钟 1站
- 11:00 室生口大野车站
- ↓ 步行 5分钟 450m
- 11:10 大野寺 ※每小时只有1班,敬请注意不要坐过站。
- ↓ 步行
- 11:21 巴士站 大野寺 ※确认开往室生口大野车站的回程巴士时间表。
- ↓ 巴士 往室生寺 13分钟 6.2km
- 11:40 巴士站 室生寺 ※确认回程开往室生口大野车站的巴士时间表。
- ↓ 步行
- 11:50 在室生寺附近享用午餐
- ↓ 步行
- 12:40 室生寺
- ↓ 步行
- 14:50 在室生寺附近享受下午茶时光
- ↓ 步行
- 15:30 巴士站 室生寺 ※好几个小时才有1班,敬请注意不要坐过站。
- ↓ 巴士 往室生口大野车站 15分钟 6.8km
- 15:45 巴士站 室生口大野车站
- ↓ 步行
- 15:53 室生口大野车站
- ↓ 急行 往大阪上本町 16分钟 2站
- 16:09 近铁 樱井车站





## 庆典

历史悠久的大和地区，有着许多自古传承至今的庆典。以下给大家介绍各种庆典中规模最大或最具特色的精选庆典活动。日本全国各地的人们为了参加庆典而专程造访此地，如果您在旅途中巧遇这些庆典，不妨把握机会参观一番。



### 1月1日 绕道祭 大神神社

这是祈求国家安泰、五谷丰登的庆典。火种来自于拜殿后方，禁止一般人进入的三轮山。在庆典活动上，社方会将火种移到长约3m的巨大火把上，接着在三轮山麓的19家摄末社巡回，进行点火仪式。过程十分壮观。火被称为“神火”，当地流传着以神火点燃神龛佛灯或将神火用作煮年糕汤火源的习俗。



### 2月11日 御纲祭 江包、大西

这场庆典由两个地区联合举行，先用稻草编织“御纲”（圣绳），江包的春日神社编织男纲，而大西的市杵神社则编织女纲，然后将男纲和女纲移到素盞鸣神社进行合体，称作“御纲婚礼”。传说男神“素盞鸣尊”（须佐之男命）和女神“奇稻添姬”从上游漂流而下，男神在江包得救，而女神在大西得救，两人后来在正月举行婚礼，这就是“御纲祭”的由来。这是祈求丰收与多子多孙的庆典。



### 2月14日 追傩会 长谷寺

这是一场风起云涌般的庆典会，庆典上会有恶鬼拿着火把在神社境内四处奔跑，让参拜信众夺取火把。据说只要将抢到的火把带回家，就能消灾解难、百病全消。



### 4月8日~10日 春之大神祭 大神神社

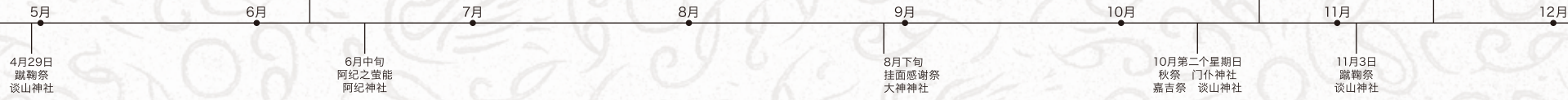
该庆典规模宏大，号称拥有两千年的历史传承。在崇神天皇时代，爆发了严重的瘟疫，于是社方重启祭祀神明的仪式，随后果然春回大地、国泰民安，这就是该庆典的由来。在9日这一天，会有穿着传统服饰的人群在三轮的城镇中缓缓绕行。从10日的正午时分起，会上演优美的能乐。



### 4月中旬~5月上旬 牡丹祭 长谷寺

牡丹祭这一庆典在寺内7000多株牡丹盛开之际举行。据传寺内最初的牡丹是由中国唐朝的皇后所赠。





**4月29日/11月3日 蹴鞠祭 谈山神社**

“蹴鞠”是从公元七世纪起在日本风行的游戏，盛行于贵族之间，以不落地为规则互相踢球，类似于现代的足球。藤原镰足和中大兄皇子正是通过蹴鞠比赛相识，后来在谈山神社会面商讨乙巳之变，因此社方会举行敬献实演活动。



**10月第二个星期日 秋祭 门仆神社**

该庆典是延续约300年的曾尔狮子舞仪式。狮子舞以敬献的形式进行，曲目丰富、表演水平极高、姿态优雅。其中最引人注目的是“继狮子”，由儿童站在大人的肩上表演类似杂耍的动作。



**6月第一个星期日 今里蛇卷 杵筑神社/键蛇卷 八坂神社**

庆典的目的在于祈求男孩健康成长。在今里的杵筑神社，过了中午1:00之后，初中生以上的男孩会用麦秆编织全长18m的草蛇，然后扛着草蛇在今里地区缓步绕行，挨家挨户地向人们道声“恭喜”。键地区则是从上午起，在八坂神社用稻草编织头部重约300kg的草蛇，然后从下午起扛着草蛇挨家挨户地拜访键大字地区的居民，为一年之中有喜事的民众祈福。



**10月第二个星期日 嘉吉祭 谈山神社**

该庆典以谷物、水果、蔬菜等天然食品装饰成格外精美的供品而闻名遐迩。在公元1438年的战乱中，整座山都付之一炬。当时为了避开战祸而将御神体迁移到飞鸟，3年之后，也就是公元1441年（嘉吉元年）又迁回本地。本地居民为此欢欣鼓舞，于是将当年的秋收加上华美的装饰当作供品，这项习俗从此传承下来，至今600多年间从未间断。



**6月中旬 阿纪之萤能 阿纪神社**

曾延续数百年之久的能乐敬献仪式“薪能”，在乡土有志之士的通力合作下复原，成为全国屈指可数的大规模“萤能”。主要是在阿纪神社内的舞台上表演能乐。当表演进行到高潮时，会有数百只萤火虫被释放出来，让群众欣赏萤火虫与能乐的同台演出。



**10月第三个星期日 宇陀之秋祭 宇太水神社**

该庆典拥有千年以上的历史。为了和太水神社的男神速秋津彦命完成一年一度的相逢，信众会将惣社水神社的女神速秋津姬命放在神輿上，并以毛枪、花笼、神輿太鼓等随侍在侧，进行来回约12公里的游行仪式。太鼓台共有6座，重量超过1吨。信众们从宽田野各地出发，陆续进入神社内，一边吆喝着“CHOSAYA”（千代繁荣），一边在神社内缓步绕行，场面气势磅礴，极为壮观。



**8月下旬 挂面感谢祭 大神神社**

由挂面的制造业者和销售业者集聚于神社中进行，神社所供奉的神明被尊为制作挂面的祖神，因此他们前来为夏季挂面的顺利销售表达感谢之意。庆典结束之后，拜殿前还会举行特别的歌舞表演，例如模仿挂面制作过程的“三轮挂面音头”等。



**11月14日 酒祭 大神神社**

大神神社内所供奉的神明自古以来就被尊为酿酒之神，倍受人们崇敬，这场庆典是为了祈祷新酒酿造时的安全而举行的仪式。参加者是来自全国各地的酿酒业者和“杜氏”（酒厂负责人），由巫女表演神乐以敬献神明。同时社方会在神社内举办全国名酒展览以及免费赠饮佳酿的活动。社方将拜殿的杉树叶制作成“大杉玉”，作为酿酒之神的象征。在仪式进行的前一天换上新的“大杉玉”，并且在庆典结束后将杉玉分发给各地的酿酒业者和酿酒厂商。



# 名产、特产

## 三轮、山边地区



挂面/奈良县三轮挂面工业协同组合 Map: p80

大神神社的所在地三轮地区有着众多的挂面店。从极细的面线到五彩缤纷的面条，此地挂面商品种类繁多。



地址 奈良县櫻井市三轮334-6  
营业时间 9:00~17:00  
网站 <http://www.miwasoumen-kumiai.com/>

电话 0744-42-6068  
公休日 周末及国家法定节假日、12/29~1/4 6月~7月仅星期日休息  
信用卡 VISA、MASTER、NICOS、DC、银联



日本酒 三诸杉/今西酒造 Map: p80

在大神社的庇佑之下，创业至今已有350年。酒厂提供日本酒品酒体验活动(需预约)。还有美味的日本酒冰淇淋。



地址 奈良县櫻井市三轮510  
营业时间 9:00~17:00  
网站 <http://imanishisyuzou.com/>

电话 0744-42-6022  
公休日 不定期公休  
信用卡 无法使用



三室(MIMURO)/白玉屋荣寿 Map: p80

夹心和果子“三室(MIMURO)”是大神社的名产。创业至今已有170多年的历史。与一般的夹心和果子不同，其外皮为糯米糍粬，夹馅非常美味。



地址 奈良县櫻井市三轮660-1  
营业时间 8:00~19:00  
网站 <http://www.begin.or.jp/~mimuro/>

电话 0744-43-3668  
公休日 星期一、第3个星期二  
信用卡 无法使用

## 多武峰地区



日本酒 谈山/西内酒造 Map: p81

创立于公元1877年。位于谈山神社山路，是一家规模较小但非常专业的酒厂。除了一般的日本酒之外，还销售浊酒等特殊酒类



地址 奈良县櫻井市下3  
营业时间 9:00~17:00  
网站 <http://www.nara-tanzan.com/>

电话 0744-42-2284  
公休日 1/1、4/1~20  
信用卡 无法使用

## 初瀬地区



草饼/长谷寺周边

Map: p82 総本舗 白酒屋 5 総本家 寿屋 6 井上ぼたん堂 7 御菓子司 寶圓堂 8 赤魂さかや 9

“草饼”(艾草糯米糍粬)是长谷寺门前町的名产。糯米糍粬中加入了艾草，可直接品尝，亦可烘烤增添风味。适合在门前町散步时享用。每家商店的草饼都各具特色。

照片仅供参考。照片上排左 御菓子司 宝圆堂 ( 8)、中 赤魂荣屋 ( 9)、右 总本家寿屋 ( 6)、下排左 总本铺 白酒屋 ( 5)、右 井上牡丹堂 ( 7)。



大和出云人偶/大和人心店 (やまとびとのこころ店) Map: p82

以粘土为原材料，使用传统模具成型，晾干后以稻壳烧制，最后再用内含动物胶的泥绘颜料上色。每一个人偶都是手工制作，造型质朴耐看。天皇墓室中陪葬的人偶“埴轮”即为其原形。在店内还可以享用茶饮。

地址 奈良县櫻井市初瀬830  
营业时间 10:00~17:00  
网站 <http://www.yamatobito.net>

电话 0744-55-2221  
公休日 星期二、星期三、国家法定节假日及每月18日正常营业。公休日有时候会进行调整。  
信用卡 MASTER、AMEX、Diners、Discover、JCB



## 宇陀地区



宇陀川馒头/御菓子司 升荣堂 Map: p83

“馒头”是包馅的烘焙和果子，本店制作的“馒头”有白豆馅和红豆馅，红豆馅采用当地生产的宇陀小红豆以细火慢炖，保持豆粒完整。精心烘焙后的“馒头”皮薄，加上大颗红豆与白豆馅的搭配，风味别具特色。

地址 奈良县宇陀市榛原萩原2558  
营业时间 8:30~19:00  
网站 <https://www.shoucido.jp/>

电话 0745-82-0033  
公休日 星期天  
信用卡 无法使用



吉野本葛 Map: p83

葛粉是萃取自葛根的淀粉。由于得来不易，葛粉又被称为白钻石。葛粉粘稠度很高，常用于制作糍粬和果冻等食品。同时，营养价值也很高，可用作治疗感冒的中药。销售点以宇陀松山地区和宇陀市内的公路休息站为主。

标价均为含税价格(消费税8%)。这是2017年1月的标价。实际售价可能会有所变动。



# 餐饮

名产挂面和荞麦面

以下为您介绍由古宅改建而成的餐厅等充满大和风情的餐饮之地。



标价均为含税价格(消费税8%)。这是2017年1月的标价。实际售价可能会有所变动。

## 三轮、山边地区



### 三轮山本 餐厅/挂面 Map: p80 X1

由创业300年老字号制造商直营的餐厅。您可以在米其林指南奈良版中上榜的餐厅内用餐,也可以进行购物和参与挂面DIY体验行程,是让您轻松享受观光乐趣,以挂面为主题的综合型餐厅。

费用	750~1700日元
电话	0744-43-6661
营业时间	11:00~15:30 (最后点餐时间)
信用卡	VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB、DC、银联

地址	奈良县樱井市著中880
网站	www.miwayama.co.jp
公休日	新年期间
Wi-Fi	有



### 三轮挂面茶屋 千寿亭/挂面 Map: p80 X2

由挂面制造商经营的餐厅。可以在此享用美味的挂面或选购挂面商品。本餐厅在米其林指南奈良版中上榜。

费用	540~2808日元
电话	0744-45-0626
营业时间	11:00~17:00
信用卡	VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB、DC

地址	奈良县樱井市芝293
网站	www.ikcri.co.jp/senjutei/
公休日	星期五(国家法定节假日正常营业 前一天为公休)
Wi-Fi	无



### 福神堂/挂面 Map: p80 X3

大神神社前的挂面店。参拜神社时请务必顺道品尝。

费用	700~1000日元
电话	0744-42-6444
营业时间	10:00~16:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县樱井市三轮1237-1
公休日	不定期公休
Wi-Fi	有



### 山药饭 山和/日本料理 Map: p80 X4

以奈良县产山药为食材的“山药饭”而闻名

费用	850~1950日元
电话	0744-42-1066
营业时间	11:00~20:00 (售完即止)
信用卡	无法使用

地址	奈良县樱井市大字三轮648-3
网站	http://tororoyamato.com/
公休日	星期三(国家法定节假日正常营业)
Wi-Fi	有



### 大和佳境 (MAHOROBA) / 荞麦面 Map: p80 X5

景行天皇陵附近的荞麦面店。在山之旁道散步时,欢迎来本店用餐和休憩。

费用	700~3800日元
电话	0743-67-1362
营业时间	星期天及国家法定节假日11:00~20:00 星期一至星期六11:00~15:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县天理市涩谷町399-1
公休日	星期三、第3个星期四
Wi-Fi	无



## 三轮、山边地区



### Melissa/咖啡馆 (メリッサ) Map: p79

位于长岳寺以北不远处,由古宅改建而成的咖啡馆。散步途中不妨来此稍作休息。

费用	360~1500日元
电话	080-3811-0161
营业时间	周末 11:00~16:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县天理市中山町763
公休日	星期一至星期五
Wi-Fi	无



### Le Reve/法国料理 咖啡馆 (ルレーヴ) Map: p79

紧邻石上神宫南侧,是一家绿荫环绕的餐厅。店内相当宽敞,有着日式建筑的外观和西洋风格的室内装潢,为您提供静谧舒适的用餐休憩空间。

费用	510~6800日元
电话	0743-63-6922
营业时间	8:00~16:30 17:30-22:00
信用卡	VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB

地址	奈良县天理市袖之内町123
网站	<a href="http://www.lereve-t.com">http://www.lereve-t.com</a>
公休日	星期三(国家法定节假日正常营业)
Wi-Fi	无



### 寿司割烹 立花/日本料理 寿司 (寿司割烹 たちばな) Map: p79

备受当地居民喜爱的日本料理店。店主每天都会前往市场进行采购,以提供新鲜的海鲜料理和美酒。

费用	午餐1000~3500日元 晚餐2000~5000日元
电话	0744-32-5187
营业时间	11:30~14:00 17:00~22:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县矶城郡田原本町富本173-1
网站	<a href="http://www.nara-tachibana.com/">http://www.nara-tachibana.com/</a>
公休日	星期三
Wi-Fi	有



### 抢锅杉/日本料理 抢锅 (ちゃんこ杉) Map: p79

本店提供的“抢锅”是相扑力士常吃的料理,将大量肉类和蔬菜下锅烹调而成。店面开设在日式民宅中,店内展示了许多相扑力士的手印和照片,宛如置身于相扑室一般。

费用	3500~4000日元
电话	0745-44-0788
营业时间	11:30~13:30、17:00~22:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县矶城郡川西町结崎460
公休日	星期四
Wi-Fi	无



### 茶饮 美空屋/餐厅 咖啡馆 (喫茶 みそら屋) Map: p79

本店由社会福利机构经营。采用时令蔬菜作为食材的“每日午餐”相当受欢迎。同时本店也销售手工香肠等商品。

费用	500日元
电话	0745-42-2919
营业时间	10:00~17:00 午餐12:00~14:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县矶城郡三宅町伴堂848-1
网站	<a href="http://himawarinoic.org/misoraya/">http://himawarinoic.org/misoraya/</a>
公休日	周末及国家法定节假日
Wi-Fi	无

## 樱井、多武峰地区



### 田舎茶屋 千恵/日本料理 怀石料理 Map: p81

本餐厅由古宅改建而成,相当有情调。店内提供蔬菜料理等充满日本乡土风情的料理。前米其林一星餐厅。提供樱井车站接送服务。本餐厅需要预约。

费用	午餐 4860~7020日元 晚餐 8100~14580日元
电话	0744-43-0247
营业时间	11:45~15:00 18:00~21:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县樱井市高家350
网站	<a href="http://i-chic.jp/">http://i-chic.jp/</a>
公休日	不定期公休
Wi-Fi	无



### 味之风 西村/日本料理 怀石料理 (味の風にしむら) Map: p81

本店位于临近樱井车站的住宅区内,颇为隐秘,店内有10个吧台座位。米其林一星餐厅。本店很受欢迎,请务必提前预约。

费用	午餐 3890~5400日元 晚餐 7560~10800日元
电话	0744-42-7773
营业时间	11:30~ 13:30~ 18:00~19:30
信用卡	无法使用

地址	奈良县樱井市粟殿1023-3 住吉大厦 1F
公休日	星期一
Wi-Fi	无



### 拉面 一庵/拉面 (らーめん いち庵) Map: p81

吸引着全国各地的拉面粉丝,位于樱井市政府附近的拉面店。推荐菜品为“鸡白汤拉面”。本店的拉面汤为清类型。

费用	1000日元左右
电话	0744-45-1170
营业时间	[平日]11:30~14:15 18:00~隔天2:00 [周日、国家法定节假日]11:30~14:15 18:00~24:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县樱井市粟殿1014-3
网站	<a href="http://www.ramen-ichian.jp/">http://www.ramen-ichian.jp/</a>
公休日	无
Wi-Fi	无



### 烂柯/御好烧 Map: p81

位于樱井车站附近的大阪烧(御好烧)老店。煎饼松软可口,再加上店家秘制的酱料,值得您前来品尝。

费用	660~1000日元
电话	0744-42-0032
营业时间	11:00~22:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县樱井市川合260-5
公休日	星期二(国家法定节假日正常营业)
Wi-Fi	无



### 滨鹼/寿司 Map: p81

紧邻樱井车站北侧。也提供午餐。

费用	1080~9000日元
电话	0744-45-2233
营业时间	11:30~21:30
信用卡	VISA、MASTER、AMEX Diners JCB

地址	奈良县樱井市川合257-5
公休日	星期一(国家法定节假日正常营业)
Wi-Fi	有





### MAMAN/蛋糕 咖啡馆 Map: p81 X16

备受当地居民青睐的蛋糕店。在大和地区有数家分店。总店内设有宽敞舒适的用餐空间。总店内也销售自家烘焙的咖啡。车站北侧的分店仅销售蛋糕。欢迎散步之余前来品尝。

费用	400~950日元
电话	总店 0744-45-3772 樱井车站店 0744-45-3440
营业时间	总店 9:00~19:00 樱井车站前店 10:00~20:00 (星期天营业至17:00)
信用卡	无法使用

地址	总店 奈良县樱井市外山1040-1 樱井车站店 奈良县樱井市川合256-6
网站	<a href="http://www.maman1986.com/">http://www.maman1986.com/</a>
公休日	总店 星期二 樱井车站前店 无
Wi-Fi	有

## 初瀬地区



### 长谷路/荞麦面 茶饮 和果子 Map: p82 X17

本店位于长谷寺的门前町。店面设在被列为文化财产的建筑中，您可以在店内享用荞麦面等日本料理或咖啡茶饮。

费用	1080~1350日元
电话	0744-47-7047
营业时间	10:00~17:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县樱井市初瀬857
网站	<a href="http://www5.kcn.ne.jp/~haseji21/">http://www5.kcn.ne.jp/~haseji21/</a>
公休日	不定期公休
Wi-Fi	无



### 酢屋长/挂面 荞麦面 Map: p82 X18

您可以在店内享用挂面、荞麦面、艾草乌龙面等面食或咖啡茶饮等等。

费用	650~1350日元
电话	0744-47-7121
营业时间	9:00~17:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县樱井市初瀬745-1
公休日	不定期公休
Wi-Fi	无



### 泊瀬长者亭/挂面 茶饮 Map: p82 X19

您可以在店内享用挂面等餐点或咖啡茶饮。同时，本店也是宿场町的资讯中心，您可以在这里获得各种观光信息。店内还展示特产——大和出云人偶。

费用	300~800日元
电话	0744-57-9280
营业时间	9:00~16:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县樱井市初瀬796
网站	<a href="http://hatsuse-no-mori.jpn.org/">http://hatsuse-no-mori.jpn.org/</a>
公休日	不定期公休
Wi-Fi	有



### 笠荞麦处/荞麦面 (笠そば处) Map: p82 X20

该荞麦面店位于山顶，视野开阔。本店使用笠地当地采收的荞麦作为食材，因此荞麦面新鲜美味。您也可以参与手制荞麦面体验行程。

费用	470~950日元
电话	0744-48-8410
营业时间	10:00~16:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县樱井市笠4408
网站	<a href="http://kasasoba.com/">http://kasasoba.com/</a>
公休日	星期三(国家法定节假日及28日正常营业)
Wi-Fi	无

## 宇陀地区



### 大愿寺/药草料理 Map: p83 X21

本寺创立至今已超过1200年，历史悠久。寺内提供斋菜，主要以当地采收的药草和吉野本葛为食材。品尝寺内斋菜，能让身心焕然一新。需要预约。

费用	3800日元
电话	0745-83-0325
营业时间	11:30~14:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县宇陀市大宇陀拾生736
网站	<a href="http://www11.plala.or.jp/mrfitfuls/daigangi.htm">http://www11.plala.or.jp/mrfitfuls/daigangi.htm</a>
公休日	不定期公休
Wi-Fi	无



### Hilltoco Cafe/药草餐厅 (ヒルトコカフェ) Map: p83 X22

本咖啡馆由古宅改建而成，充满开阔感。午餐的食材使用当地采收的药草和各种丰富的新鲜蔬菜，另有茶饮和点心供您选择。

费用	1620~2000日元
电话	0745-88-9409
营业时间	11:00~16:00
信用卡	无法使用

地址	奈良县宇陀市大宇陀中庄129
网站	<a href="http://www.terrasse.co.jp/hilltoco/">http://www.terrasse.co.jp/hilltoco/</a>
公休日	星期一、不定期公休
Wi-Fi	有



### 一如庵/荞麦面 斋菜 Map: p83 X23

除了荞麦面外，本店还提供斋菜。店铺由150年历史的山间古宅改建而成。荣获米其林指南一星评价。可提供纯素食。需要预约。(用餐人数达到4人以上时，需提前4天进行预约订位)

费用	1080~5400日元
电话	0745-82-0053
营业时间	11:00~14:30 17:00~20:00 (需预约)
信用卡	无法使用

地址	奈良县宇陀市榛原自明1362
公休日	星期一、星期二
Wi-Fi	无



### Pizzeria e Trattoria renone/意大利料理 (ピッツェリア エトラットリア レノ) Map: p84 X24

位于山间的小巧意大利餐厅。您可以在大自然的环抱下，享用正宗的披萨。本店颇受欢迎，不少游客专程驱车前来。

费用	1500~2000日元
电话	0745-95-3303
营业时间	平日 11:00~15:00 周末与节假日 11:00~18:00 售完即止
信用卡	无法使用

地址	奈良县宇陀郡御杖村神木168
网站	<a href="http://renone.jp/">http://renone.jp/</a>
公休日	周一、周二(国家法定节假日正常营业 隔天平日公休)
Wi-Fi	无





## 住宿

住宿选择多样丰富，有酒店、民宿、传统日式旅馆、古民宅、露营地等等。虽然外语接待方面还不够完善，但各地业者都尽力提供亲切周到的服务，即使语言不通，仍可以轻松利用各种舒适便利的设施。如有住宿需求，请务必提前预约。

每1位的含税价(消费税8%)。这是2017年1月的标价。实际售价可能会有所变动。

### 三轮、山边地区



#### 大正楼/日式旅馆 Map: p80 1

有着优美民宅与庭院的传统日式旅馆。馆内提供以奈良食材制作而成的料理。同时还可以用作在大神社举行婚礼后的婚宴场地。老板和员工都非常亲切，可以用英语进行沟通。

费用 6480~16200日元  
电话 0744-42-6003  
信用卡 无法使用

地址 奈良县樱井市三轮459  
网站 <http://www.taishoro.com/>  
Wi-Fi 仅部分房间提供



#### 小镇民宿 MIMORO/民宿 Map: p80 2

由古宅改建而成的民宿。共有3间客房，最多可容纳10位房客，是一家小型民宿。老板非常亲切，可以用英语进行沟通。

费用 5400~9720日元  
电话 0744-35-2705  
信用卡 VISA、MASTER、AMEX

地址 奈良县樱井市三轮499-2  
网站 <http://gh-mimoro.com/>  
Wi-Fi 有



#### 小镇民宿 三轮/民宿 Map: p80 3

由古宅改装而成的民宿。旅客聚集于此，颇有居家气氛。均为独立客房，内设桧木浴桶。欢迎可用日语沟通的旅客投宿。

费用 5980~8980日元  
电话 0744-43-0588  
信用卡 无法使用

地址 奈良县樱井市三轮400  
网站 <http://guesthouse-miwa.com/>  
Wi-Fi 有



#### 奈良广场酒店/酒店 (奈良プラザホテル) Map: p80 4

荣获米其林指南2017奈良3Pavilion评价。客房以现代和风为设计主轴，采用席梦思名床，房内宽敞舒适。房客可免费使用附设的奈良健康园地，尽情享受天然温泉露天浴池等10种浴池。

费用 8000~39500日元  
电话 0743-64-1126  
信用卡 VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB

地址 奈良县天理市嘉楠町600-1  
网站 <http://narakenkoland.net/>  
Wi-Fi 客房内均有

### 樱井、多武峰地区



#### LAUBERGE DE PLAISANCE 樱井 Map: p81 5

坐落在樱井市郊田园风光中，是一家以餐饮为主的酒店。由在日本推广法国餐厅的平松集团经营，您可以品尝以奈良食材制作而成的美味料理，欣赏绝美风景，拥有惬意舒适的休闲时光。也可以纯粹享用美食。

费用 51140~96940日元  
电话 0744-49-0880  
信用卡 VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB

地址 奈良县樱井市高家2217  
网站 <http://www.hiramatsuhotels.com/plaisance-sakurai/>  
Wi-Fi 有



#### 多武峰观光酒店/酒店 Map: p81 6

本酒店位于谈山神社正对面。在群山环绕之中给您带来静谧的住宿体验。

费用 9072~12960日元  
电话 0744-49-0111  
信用卡 VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB、NICOS

地址 奈良县樱井市多武峰432  
网站 <http://www.tounomine.com/>  
Wi-Fi 仅大厅提供





### 大和健康酒店/酒店 (ホテルウェルネス大和路) Map: p81 137

酒店位于宁静的飞鸟近郊。提供自行车租借服务。

费用 8400~21900日元  
电话 0744-43-8606  
信用卡 VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB、银联

地址 奈良县樱井市山田299-1  
网站 <http://www.hotel-wellness.jp/yamatoji/>  
Wi-Fi 仅大厅提供



### 迷你酒店 Sun Cherry (プチホテル サンチェリー) Map: p81 138

紧邻樱井车站，是一家家庭式小型酒店。提供法国料理套餐。也可以选择纯住宿。

费用 5940~12960日元  
电话 0744-43-5115  
信用卡 无法使用

地址 奈良县樱井市樱井203-4  
网站 <http://www.adbest.net/sun.html>  
Wi-Fi 无

## 初瀬地区



### 井谷屋/日式旅馆 Map: p82 139

到长谷寺参拜的旅客经常投宿的传统日式旅馆。附设温泉设施。工作人员非常亲切，可用英语进行沟通。

费用 11880~18360日元  
电话 0744-47-7012  
信用卡 VISA、MASTER、Diners、JCB、NICOS

地址 奈良县樱井市初瀬828  
网站 <http://www.itaniya.co.jp/>  
Wi-Fi 仅别馆提供



### 田中屋/日式旅馆 Map: p82 140

位于长谷寺附近，是一家保留着传统风貌的日式旅馆。手工芝麻豆腐风味极佳。也可以纯粹享用美食。

费用 10800~16200日元  
电话 0744-47-1015  
信用卡 无法使用

地址 奈良县樱井市初瀬748  
网站 <http://www.hase-tanakaya.com/>  
Wi-Fi 有

## 宇陀地区



### 笹百合庵/古宅民宿 (ささゆり庵) Map: p83 141

每天限定只接待一组房客的奢华民宿。民宿建筑为日本农村传统的茅草屋顶古宅。从客房内放眼望去，梯田以及室生赤目青山国家公园内的群峰绝景一览无遗。此处的住宿体验定会成为您日本之旅中最精彩的部分。可用英语进行沟通。

费用 14000~30000日元/位(2人以上)  
电话 0745-88-9402  
信用卡 VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB、Toyota Card

地址 奈良县宇陀市室生深野656  
网站 <http://stayjapan.jp>  
Wi-Fi 有



### 桥本屋/日式旅馆 Map: p83 142

紧邻室生寺太鼓桥的老字号日式旅馆。摄影师土门拳常下榻于此，这里风光明媚，深受众多文人的喜爱。从客房内望出去，可以欣赏到朱红色的太古桥和室生寺的四季美景。使用当地的新鲜食材烹调而成的野菜料理更是绝品。

费用 16200日元  
电话 0745-93-2056  
信用卡 无法使用

地址 奈良县宇陀市室生800  
网站 <http://www.hashimotoya-uda.jp/>  
Wi-Fi 无



### B&B 西峰/B&B (B&B にしみな) Map: p84 143

被美丽田园风光环绕的B&B。料理美味，老板很亲切，是一家颇受外国旅客青睐的民宿。提供近铁三本松车站接送服务(需预约)

费用 6500~10000日元  
电话 0745-92-2206  
信用卡 无法使用

地址 奈良县宇陀市室生西谷513  
网站 <http://mime1903.wixsite.com/bandb-nishimine>  
Wi-Fi 有



### 疗养中心 美榛苑/酒店 (保養センター 美榛苑) Map: p83 144

本酒店有引以自豪的美人汤，让您充分享受沐浴之后肌肤润泽的美妙之感。地理位置绝佳，处于观光旅游区，并有往来近铁大阪线榛原车站的免费接送巴士。

费用 9400~14580日元  
电话 0745-82-1126  
信用卡 VISA、MASTER、DC

地址 奈良县宇陀市榛原福地255  
网站 <http://www.qkamura-s.com/miharu/en/>  
Wi-Fi 无



### 椿寿荘/酒店 Map: p83 145

坐落于大宇陀森林和泉水等自然美景中的疗养酒店。向窗外望去，自然美景一览无遗，还有晶莹剔透的润泽温泉，让您的心灵充分沉浸下来。

费用 5076日元(含早餐) 9396~15876日元(含晚餐和早餐)  
电话 0745-83-1303  
信用卡 无法使用

地址 奈良县宇陀市大宇陀本乡267  
网站 <http://www.chinjusou.jp/>  
Wi-Fi 有



### 木治屋/古宅民宿 Map: p84 146

位于曾尔村，拥有130多年历史的古宅民宿。

费用 9180~10800日元  
电话 0745-94-2551  
信用卡 VISA、MASTER

地址 奈良县宇陀郡曾尔村伊贺见2126-2  
网站 <http://kijiya-kominka.com/>  
Wi-Fi 有



### Sun Village曾尔村/露营地 (サンビレッジ曾爾) Map: p84 147

被自然美景环绕的露营地。内有小木屋、平房民宿以及露营地。

费用 4800~15000日元  
电话 0745-94-2619  
信用卡 VISA、MASTER

地址 奈良县宇陀郡曾尔村今井911-1  
网站 <http://www.soni-kogen.com/sun.html>  
Wi-Fi 有



### OMOYA/古宅民宿 Map: p84 148

充满居家气氛的古宅名宿。是众多外国旅客的住宿选择。割稻、砍柴、制作披萨等体验活动也非常有趣。

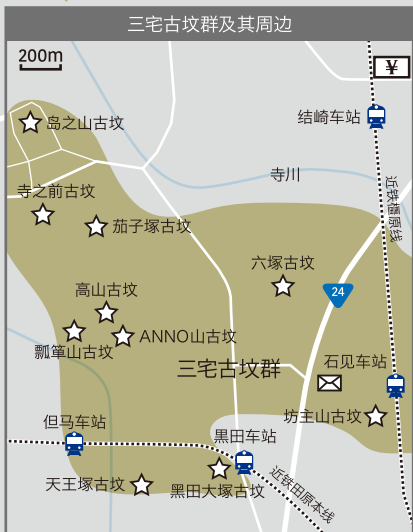
费用 3500~5000日元  
电话 080-6923-2197  
信用卡 无法使用

地址 奈良县宇陀郡御杖村菅野2415  
网站 <http://www.fukusan2415omoaya.jp/>  
Wi-Fi 有



# 三轮、山边区域地图

2017年1月为止的信息。可能有所变更。



79 200m



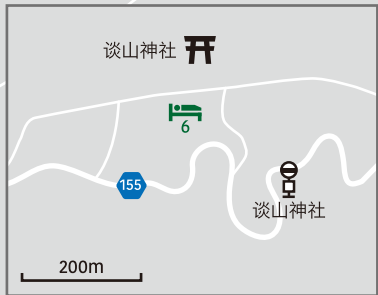
- |  |            |  |     |
|--|------------|--|-----|
|  | 神社         |  | 美食  |
|  | 寺庙         |  | 购物  |
|  | 景点         |  | 住宿  |
|  | 车站         |  | 情报  |
|  | 巴士站        |  | 银行  |
|  | 邮局         |  | 警察局 |
|  | SEVEN银行ATM |  | 医院  |

200m 80



# 樱井、多武峰区域地图

2017年1月为止的信息。可能有所变更。



MAP P80



# 初瀬区域地图

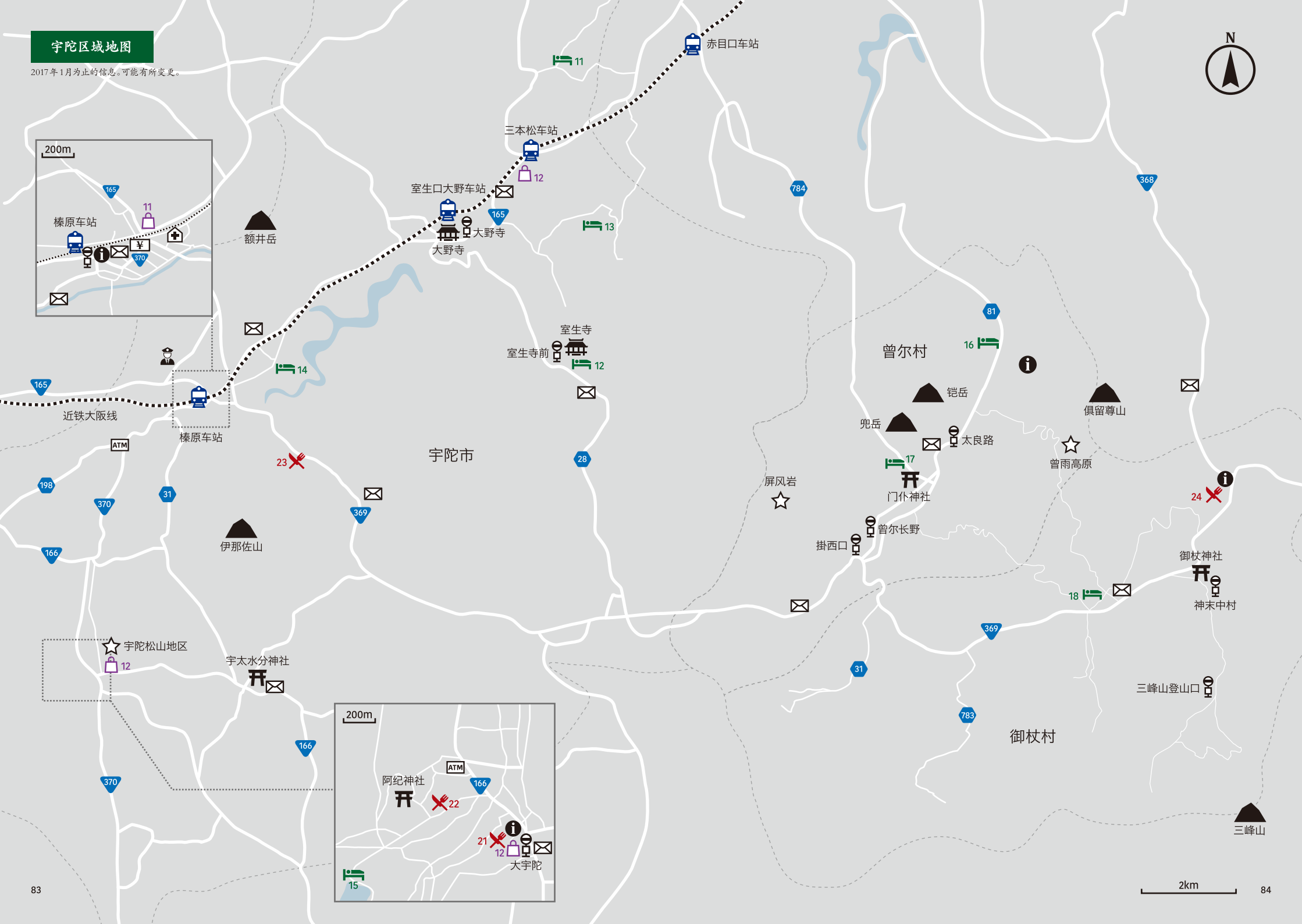
与喜山暖带林





# 宇陀区域地图

2017年1月为止的信息。可能有所变更。





# 旅游技巧

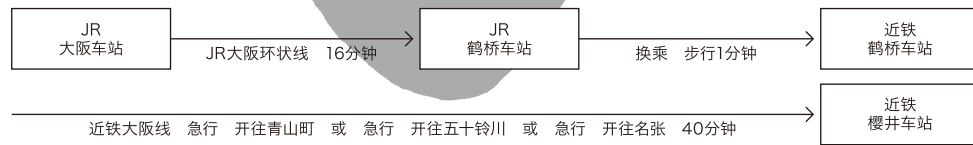
## 前往大和的交通方式

大和地区与京都、大阪、奈良等地之间往来便利，可规划一日游行程。世界遗产高野山和熊野、忍者村伊贺、名古屋等地也可加入旅程中。以下为您介绍从各地前往大和之旅的起点——樱井的交通方式。

2017年1月为止的信息。可能有所变更。

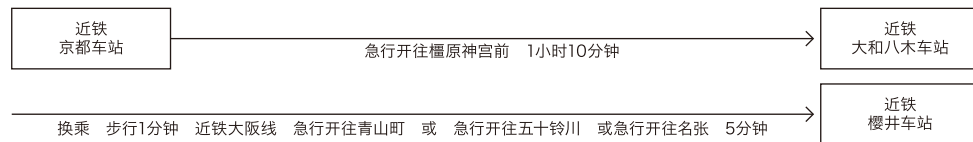


### 大阪 → 樱井 车程 约1小时 车费800日元



从大阪搭乘近铁电车前往樱井时，选择搭乘快速急行或一般急行可缩短坐车时间。特急电车速度虽快，但不停靠樱井车站且需要补差价，还可能坐过站，所以不建议搭乘。如果您选择搭乘特急电车，可在大和八木车站换乘特急电车以外的车辆前往樱井。

### 京都 → 樱井 车程 约1小时10分钟 车费940日元



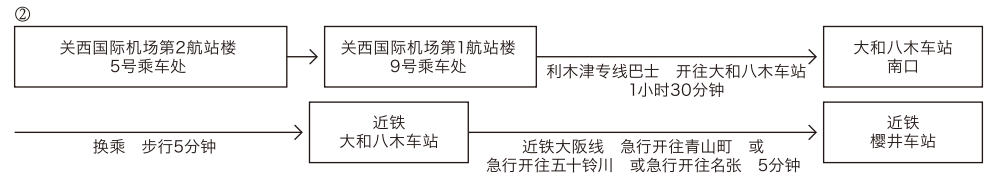
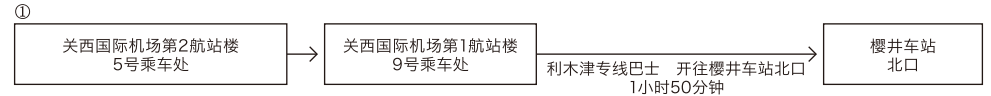
从京都前往樱井时，可搭乘急行或特急电车。急行约1小时。特急电车约50分钟，速度较快，但乘坐特急电车需另补差价。

### 奈良 → 樱井 车程 约30分钟 车费320日元



### 关西国际国际机场 → 樱井 ①车程 约1小时50分钟 车费1950日元 ②车程 约1小时40分钟 车费2160日元

部分时间段可搭乘开往樱井的直达巴士(①)。如果时间不对，另有开往附近大和八木车站的巴士，欢迎乘坐(②)。

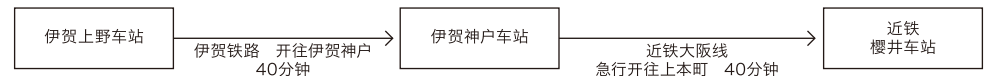


### 高野山 → 樱井 车程 约2小时10分钟 车费1670日元

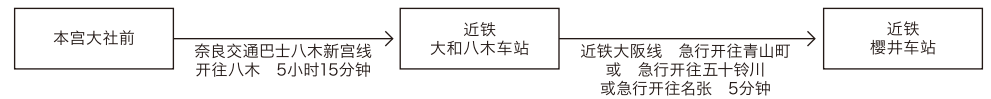


※JR班次较少。此外，转乘时的候车时间可能会比较久。敬请特别注意。

### 伊贺上野 → 樱井 车程 约1小时20分钟 车费1030日元

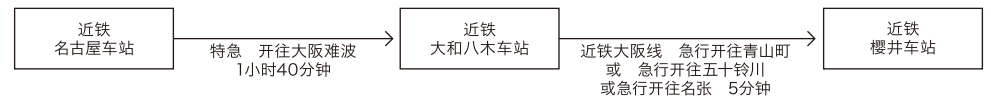


### 熊野 → 樱井 车程 约5小时20分钟 车费4160日元



巴士班次少，敬请注意。

### 名古屋 → 樱井 车程 约1小时50分钟 车费3830日元



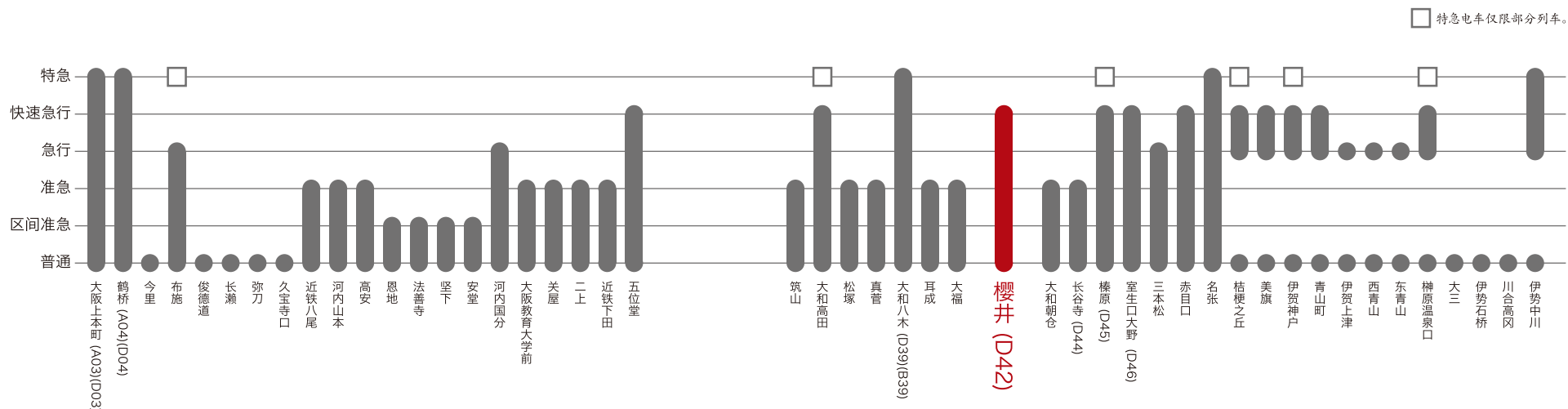


## 大和地区的交通

### 电车

#### 近铁电车大阪线

行驶于大和地区东西之间。是大和地区的主要交通工具。班次较多。但电车具体分为特急、快速急行、急行、准急、区间准急、普通这6种，敬请注意。请务必参考路线图。从大阪搭前往樱井时，选择搭乘快速急行或一般急行可缩短坐车时间。从樱井往西前往长古寺、宇陀地区等地时，由于距离不远，搭乘任何种类的电车在时间方面都没有太大区别。



#### JR樱井线

以大和地区为中心行驶于南北之间。连接奈良车站和大和高田车站。如需往来奈良与樱井之间或者前往三轮、山边地区等，即可利用本交通方式。上下班时间段每30分钟1班，其它时间段每小时1班。基本上各站都停。

#### 近铁电车 京都线 橿原线

以大和地区东部为中心行驶于南北之间。连接京都和位于樱井市旁的橿原市橿原神宫。从京都出发时，可搭乘急行或特急电车。急行约1小时。特急电车约50分钟，速度较快，但特急电车需另补差价。

### 巴士

前往樱井、多武峰地区、宇陀地区的旅游景点时，也可以客运巴士为主要交通工具。班次不多，请务必注意时间上的安排以及参考各景点交通方式栏中的说明。

### 出租车

如需搭乘出租车，在各个电车车站都可以叫车。在观光景点或一般公路上，出租车非常少见，如需搭乘出租车，建议您以电话的方式叫车。

#### 三轮、山边地区/多武峰地区/出瀨地区

▶ 日之丸交通	电话	0744-42-3255
▶ 樱井交通	电话	0744-42-6571
▶ 奈良近铁出租车 东和营业所	电话	0743-63-1131
▶ 天理服部出租车	电话	0743-62-1666
▶ 长柄出租车	电话	0743-66-0088
▶ 西村出租车	电话	0744-32-2143
▶ 向日葵出租车	电话	0745-56-4188
▶ 富士出租车	电话	0744-32-2455
▶ 三宅交通	电话	0745-44-4000

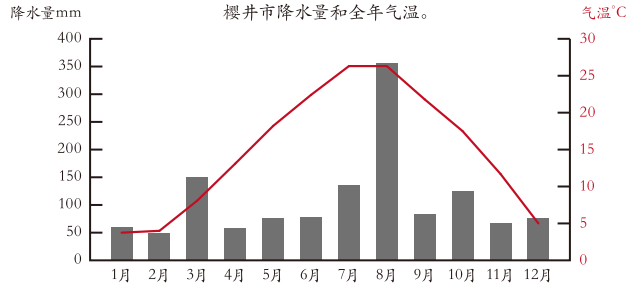
#### 宇陀地区

▶ 奈良近铁出租车 宇陀营业所	电话	0745-82-0155
▶ 古宫出租车	电话	0745-84-2020
▶ 大手出租车	电话	0745-94-2040



## 气温

大致和京都、大阪相同。宇陀地区地势较高，因此较为寒冷。



## 外币兑换及ATM

### 南都银行

以下商店提供外币兑换服务。

▶ 樱井分店	地址	奈良县樱井市樱井281-4 (2018年起)	电话	0744-42-3355
	地址	奈良县樱井市樱井1259 (至2017年12月)		
▶ 天理分店	地址	奈良县天理市川原城町303-1	电话	0743-63-1811
▶ 结崎分店	地址	奈良县矶城郡川西町结崎690-1	电话	0745-44-1881
▶ 田原本分店	地址	奈良县矶城郡田原本町181-4	电话	0744-32-8081
▶ 榛原分店	地址	奈良县宇陀市榛原萩原2439-6	电话	0745-82-1501

### 可兑换外币: 美元/欧元/加元/澳元/韩元

※一次兑换外币的金额上限为: 500美元、500欧元、500加元、500澳元、500,000韩元

营业时间 9:00~15:00

公休日 周末、国家法定节假日

### 天理邮局

卖出: 美元 欧元

买入: 美元 欧元 人民币 加元 英镑 韩元 澳元 瑞士法郎

※购买外币(纸币)时, 每1次的交易上限为30万日元(换算为日元)。

若为人民币, 则以日元30万或人民币2万为准, 择其金额较低者为上限。

地址 奈良县天理市川原城町296-5

电话 0743-62-0804

营业时间 9:00~16:00

公休日 周末、国家法定节假日

※前往上述银行及邮局兑换, 需出示护照等身份证件。

### 地图上所记载的ATM为SEVEN银行和邮局的ATM

## 失物招领、意外事故、紧急救助等

三轮、山边地区 樱井、多武峰地区 初濑地区

▶ 樱井警察署 地址 奈良县樱井市三轮49-1 电话 0744-46-0110

三轮、山边地区

▶ 天理警察署 地址 奈良县天理市田部町22-4 电话 0743-62-0110

▶ 田原本警察厅舍 地址 奈良县矶城郡田原本町新町24-1 电话 0744-33-0110

宇陀地区

▶ 宇陀警察厅舍 地址 奈良县宇陀市榛原萩原1953-1 电话 0745-82-0110

## 生病、受伤等

三轮、山边地区 樱井、多武峰地区 初濑地区

▶ 济生会中和医院 地址 奈良县樱井市阿部323 电话 0744-43-5001

三轮、山边地区

▶ 天理万杏诊所医院 憩之家 地址 奈良县天理市三岛町200 电话 0743-63-5611

▶ 国保中央医院 地址 奈良县矶城郡田原本町官古404-1 电话 0744-32-8800

宇陀地区

▶ 宇陀市立医院 地址 奈良县宇陀市榛原萩原815 电话 0745-82-0381

## 信息中心

樱井、多武峰地区

▶ 樱井观光服务处

地址 近铁樱井车站内

电话 0744-44-2377

营业时间 8:30~17:00

公休日 12/29~1/3

三轮、山边地区

▶ 天理市步道休憩所

地址 奈良县天理市柳本町577-1

电话 0743-67-3810

营业时间 8:30~17:00

公休日 不定

▶ 田原本町观光协会 观光服务站“矶城之里”

地址 奈良县矶城郡田原本町193 (近铁田原总车站东侧的检票口出来即到)

电话 0744-33-4560

营业时间 9:00~16:00

公休日 星期二 12/29~1/3

初濑地区

▶ 初濑观光中心

地址 奈良县樱井市初濑1593-2

电话 0744-44-3331

营业时间 8:30~17:00

公休日 星期二、星期三 12/29~1/3

宇陀地区

▶ 宇陀市观光服务处 宇陀观光服务处

地址 奈良县宇陀市榛原萩原2427

电话 0745-88-9049

营业时间 9:00~17:00

公休日 新年期间

▶ 公路休息站 宇陀路大宇陀 阿骑野宿

地址 奈良县宇陀市大宇陀拾生714-1

电话 0745-83-0051

营业时间 9:00~19:00

公休日 新年期间

▶ 御杖村观光服务处

地址 奈良县宇陀郡御杖村神末6330 公路休息站“伊势本街道 御杖”内

电话 0745-95-6126

营业时间 10:00~16:00

公休日 星期二

## 关于本手册内容的咨询方式

▶ 樱井市政府 观光发展课

地址 奈良县樱井市粟殿432-1

电话 0744-48-3110

营业时间 8:30~17:15

公休日 周末、国家法定节假日

网站 <http://www.city.sakurai.lg.jp/sosiki/soumu/soumuka/Englishpage/> 电子邮件 [kanko@city.sakurai.lg.jp](mailto:kanko@city.sakurai.lg.jp)

发行方: 樱井市 2017年3月发行