

YAMATO

UNKNOWN ORIGIN





YAMATO

UNKNOWN ORIGIN

一千數百多年以前，這裡曾經是日本的首都。
那是一個稱為「大和王權」的政權，
其數代王者君臨此地，拓展他們的勢力。
不久之後，大和成為「整個日本」的代名詞。
此地的發展奠定了日本的基礎。
這座歷史遠比京都和奈良更為悠久的古都，
由於並未跟上現代化的腳步，如今依然保存著原始的風貌。
此地人煙稀少而靜謐，
歡迎您前來體驗這段不為世人熟知的日本歷史。

Origin of Japan

— 大和的歷史 —

日本的起源

據說最早在距今三萬年前，日本列島即已開始出現人類的蹤跡。根據學術界的推測，大約從兩萬年前的舊石器時代後期開始，在奈良盆地這個地區出現定居的人類。

後來經過以原始狩獵和採集為主的繩文時代，稻作從中國大陸傳來日本，進而演變成以農耕社會為主的彌生時代。「稻米的力量」創造出掌握權勢的首長及大規模的聚落。為了抵禦外侮，人們開始沿著聚落周圍興築環狀壕溝。

在西元前三世紀，日本歷史由原始狩獵和採集的繩文時代演變成彌生時代。稻作從中國大陸傳來日本，因此形成農耕社會，各地區都開始出現有能力構築大規模聚落的人類社群。這個時代的特徵是人們會沿著聚落周圍挖掘壕溝以抵禦外侮。



唐古·鍵遺跡

在彌生時代的大和區域唐古·鍵地區，曾出現過大規模環狀壕溝聚落。在這座遺跡中出土的建築物和文物，包括被認為是近畿地方盟主使用的祭壇等大型建築遺跡、鑄造被用於祭祀的銅鐸等工坊遺跡，以及彌生時代最大型的頂級翡翠製勾玉等等。當地建有根據從遺跡中出土的土器上的繪畫復原而成的樓閣，讓今人得以一窺當時的建築風貌。



邪馬台國與纏向遺跡

在地方社群彼此抗衡的情況下，日本維持了一段時間的穩定，直到二世紀下半，終於發生了大規模戰亂。這場席捲全日本的內亂，最後以共同擁立名為卑彌呼的女王，形成「邪馬台國連合」的國度收場。有一派學說認為邪馬台國位於九州，近年來的證據則傾向支持位於櫻井市纏向遺跡的說法。這座遺跡南北長約1.5公里、東西寬約2公里，占地相當廣大，基於下列四個原因，這裡被視為最有可能是大和王權最初興起之地。



- 1 面積廣大。
- 2 有許多在九州和關東等地製造的土器出土。從彼此交流的地區來看，可推測這些土器是進貢給國王的貢品。
- 3 最早在本地建造許多巨大的古墳。
- 4 農耕工具出土量少，建築工程用的工具出土量多。

由於調查面積還不到整個遺跡的2%，仍有許多未解之謎有待釐清。



©寺澤薰・加藤愛一

古墳時代／大和時代 三～七世紀

大和王權繼承了邪馬台國的勢力。大和廣納日本各地的強大勢力為盟友，成為日本的中心，幾乎整個日本都在其掌控之下。從此之後，「大和 (YAMATO)」逐漸成為「日本」的代名詞。日本人至今仍會以「大和魂」來稱呼日本精神，而沖繩地方的居民也會將日本本土（北海道～九州）的居民稱為「大和族 (YAMATONCHU)」。日本的原型就在此時期建立起來。由於許多大規模的前方後圓型墳墓建造於大和時代、作為埋葬國王和有力人士之用，因此大和時代又稱為「古墳時代」。



飛鳥時代之後 六世紀末～

佛教從中國大陸傳來日本，企圖讓天皇改信佛教的蘇我氏，與守護傳統神道的物部氏發生衝突。最後蘇我氏勝利，並遷都到大和西南方約10公里處的飛鳥。此後的約100年被稱為飛鳥時代，後來遷都到奈良，在奈良經過84年之後，再次遷都到京都，此後長達1000多年的時間裡，京都一直都是日本的首都，直到近代才又遷都到東京。曾經統治過日本的大和王權，也從歷史的舞台上遁入幕後，銷聲匿跡。



大和地區全圖

YAMATO地區東西向有近鐵電車大阪線，南北向有JR櫻井線，兩線匯聚於櫻井車站，此地就是大和地區的中心地帶。從大阪或京都前往櫻井車站都很便利，建議您規劃行程時，以櫻井車站為旅途的起點。本地的行政區劃分為櫻井市、天理市、磯城郡川西町、三宅町、田原本町、宇陀市、宇陀郡曾爾村、御杖村等等，以下依觀光設施類別分為四個區域各別介紹。

※詳細資訊為2017年的資料，將來有可能變更。

行過古人之幽徑

山之邊道

這是一條途經奈良盆地東側山麓、
連結櫻井市三輪山與奈良市春日山的南北向道路。
山之邊道為日本文獻記載中歷史最悠久的道路，
有著「日本第一古道」的稱號。
其中又以櫻井寺大神社與天理市石上神宮之間
這一段的景緻最為優美，全長約10公里，是極負盛譽的健行路徑。
東面山勢徐緩而立，西面可將奈良盆地盡收眼底。
路旁有大片農田和果園，沿著步道前進，
一座又一座的神社和古墳依序出現在眼前。
歷來曾有無數騷人墨客以和歌吟詠沿途旖旎的風光，
眼前美景依舊，讓今人得以發思古之幽情。

(最佳散步路線建議)

本路段幾乎已全部規劃為行人專用道，車輛無法通行。
路程坡度平緩，可輕裝捷行。
途中有些地方設有飲料的自動販賣機。
另有幾間餐廳，但數量不多，建議您自行攜帶食物或餐點，
可在途中選擇景色優美之處駐足享用。
全長16公里，如果要全部參觀完畢，需要超過1天的時間。
最佳建議是從三輪車站出發，沿山之邊道步行抵達柳本車站。





拜殿

重建於1664年 重要文化財產

一般而言，日本神社將神靈依附的物體稱為「御神體」，安置「御神體」的建築稱為「本殿(正殿)」，而與「正殿」相對而立的建築則稱為「拜殿」，是信徒獻上祝禱的場所。

前來參拜的信徒通常會在位於拜殿入口處的賽錢箱前方進行祝禱。由於大神神社將整座三輪山視為御神體，因此並未設有正殿，至今依然保留著將大自然本身視為神靈的原始神道的形式。



莊嚴肅穆的神話舞台

大神神社

(建造年代不詳 史前時代)

這是一建築型式古色古香、太古神話多次提及的神社，被認為是日本最古老的神社。

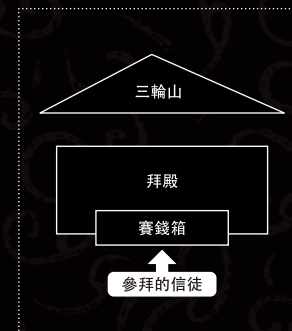
本社以整座三輪山為供奉的對象，至今依然保留著原始神道的形式。神社境內佔地相當廣大，在三輪山的山麓有多處值得一探究竟的景點。

建議您放慢步調，一個一個輪流參觀，感受三輪山的靈力及此地傳承數千年的庶民信仰氣息。

自成一格的神社



大神神社





三輪山

這座山被視為神聖不可侵犯的聖山，因此山林樹木一切都不得採伐，保持著數千年前的原生林樣貌。可入山攀登。單程時間需約1小時。因為山裡是神聖的場所，所以禁止飲食、拍照以及使用行動電話。有些信徒會赤腳登山，以感受更強烈的聖山靈力。只要符合下列條件，外籍人士亦可入山。

- i** 有日籍導遊陪同，或是具備流暢的日語能力。
- 持有可透過日本國內系統通話的行動電話。



三連式鳥居

這座鳥居矗立於區隔神之山三輪山與拜殿之間的重要位置。鳥居本身的地位相當於正殿，被人們認為具有神聖性。
三連式鳥居又稱為「三輪鳥居」，象徵著大神神社的原始信仰，非常特別。
如欲參訪，請至「參集殿」申請。
本社提供「拜殿」內的導覽，目前僅有日語服務。



雞蛋與酒

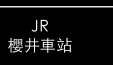
根據日本最古老的史籍《日本書紀》(西元720年)記載，傳說中大神社供奉的大物主神曾化身為蛇形現身，因此神社境內各處都擺供著雞蛋和酒，相傳這些都是蛇最喜愛的供品。

大美和之杜展望台

從高台上放眼望去，可看到聳立在櫻井市區、高達32.2公尺的大型鳥居與優美的山巒。
左手邊有三座狀似丘陵的山峰，右起分別是耳成山、畝傍山以及香具山。這三座山峰合稱「大和三山」，在距今一千多年前的短歌中曾被吟詠過。

「香具山愛畝傍山，與耳成山相爭。
自神之時代起即是，二男爭一女之勢，如今依然。」

歡迎來此親臨眺望夕陽美景，發思古之幽情。

交通方式	由櫻井車站出發 8分鐘 車資 140日圓  JR 櫻井車站 → 往奈良 3分鐘 → 三輪車站 → 5分鐘 → 大神神社
全程參觀時間	2~4小時
地址	奈良縣櫻井市三輪1422
電話	0744-42-6633

Origin of Sake Brewing —「酒造」(釀酒廠)的發祥地—

在第十代崇神天皇的時代(約西元三世紀左右),日本發生瘟疫,天皇為此而苦惱不已。有一天,大神神社的神明大物主出現在天皇夢中,告訴他要「隆重祭祀」。於是,天皇命令高橋活日命釀造頂級好酒,並用這酒來祭祀神明。不久之後,瘟疫果然平息下來,國家恢復平安祥和,大家都認為這是因為神明接受了好酒的款待。於是,高橋活日命就被尊為杜氏(酒廠負責人)之神,被供奉在大神社的攝社(附屬的神社)裡;攝社的名稱是「活日神社」。供奉給神明的酒稱為「MIWA」(三輪),而三輪在和歌中的枕詞(成對的前置詞)則是「UMASAKE」(美酒),這表示大神神社與佳釀之間的歷史淵源極為深厚,歷久不衰。



酒祭 每年11月14日

本神社供奉的神明自古以來被尊為釀酒之神,備受人們崇敬,而這場慶典則是為了釀造新酒的安全而進行的祈福儀式,於日本全國各地的酒造(釀酒廠)每年開始釀酒時進行。參加者是來自全國各地的釀酒業者和「杜氏」(酒廠負責人)。儀式中由四位巫女表演「美酒三輪之舞」,這是以高橋活日命將神酒獻給天皇時詠唱的和歌改編而成的神樂。

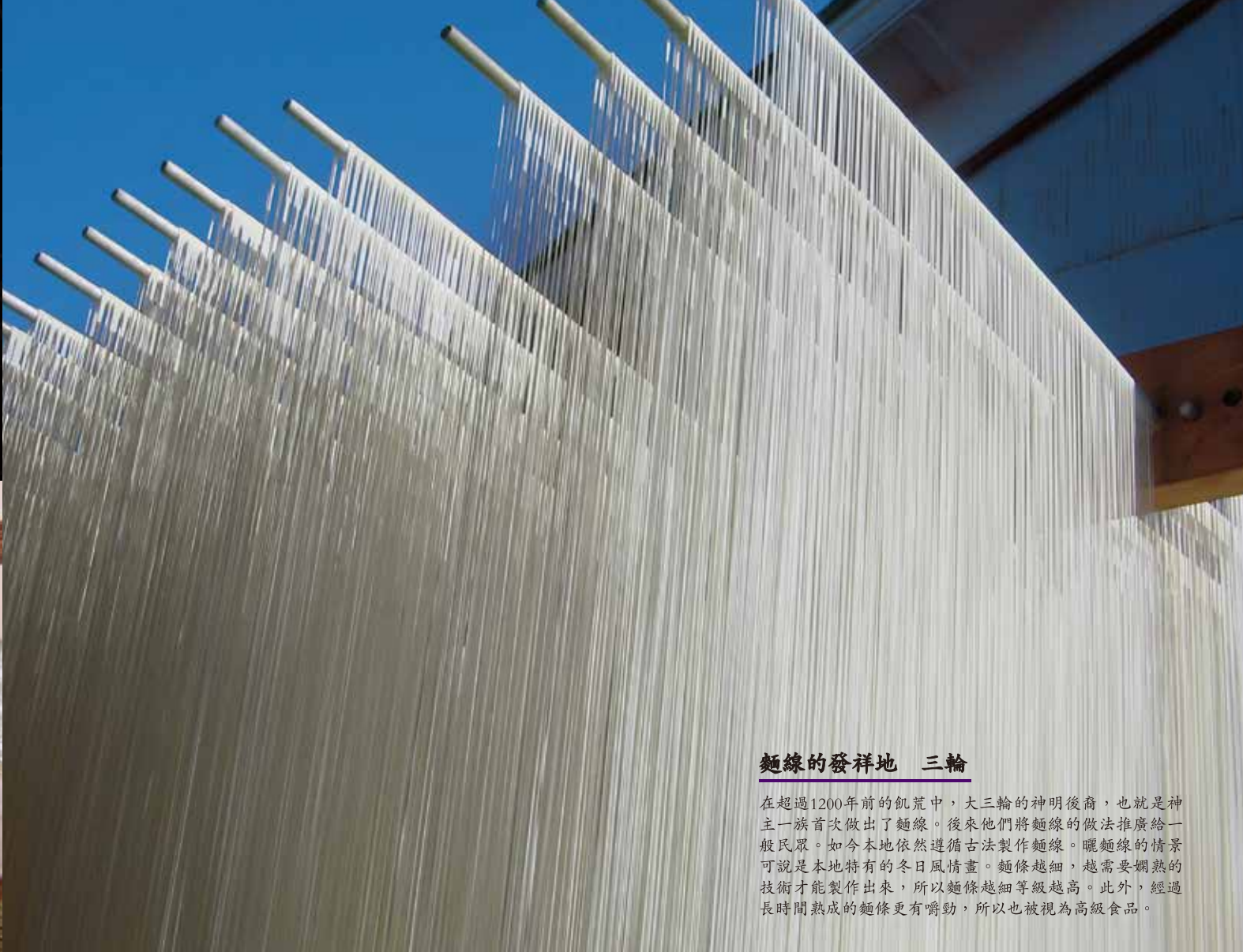
同時,社方會在神社境內安排全國銘酒展覽以及免費贈飲桶裝佳釀的活動。此外,社方會以杉木樹葉製作直徑約1.5公尺、重約200公斤的「大杉玉」作為釀酒之神的象徵,並於儀式進行的前一天,在拜殿與祈禱殿中換上新做好、色澤青翠的「大杉玉」。祭典完成後,社方還會將守護釀造安全的紅色「御幣」(紙製的祭器)和象徵釀酒業者的「印之杉玉」分授給各地的釀酒業者與釀酒廠商。

Origin of Somen Noodles

— 麵線的發祥地 —

沁涼精緻的美食 麵線

外籍人士熟知的日本麵食，不外乎蕎麥麵、烏龍麵和拉麵，而麵線（日文稱為「素麵」）同為日本常見的麵食，但知道麵線的外籍人士卻極少。麵線是一種白色的麵條，原料是麵粉，外觀類似義大利麵，但麵條極細，直徑小於1.3公釐。最主流的吃法是煮熟後放在冰水中冷卻食用。麵條本身沒有調味，可以沾醬汁享用，吃法簡單，重點在於滑溜的口感。另外也有像烏龍麵一樣以熱湯麵形式享用的吃法，日文稱為「入麵」或「煮麵」。麵線吃法冷熱皆宜。在三輪以外的地方鮮少有機會品嚐到，絕對值得一試。



麵線的發祥地 三輪

在超過1200年前的飢荒中，大三輪的神明後裔，也就是神主一族首次做出了麵線。後來他們將麵線的做法推廣給一般民眾。如今本地依然遵循古法製作麵線。曬麵線的情景可說是本地特有的冬日風情畫。麵條越細，越需要嫺熟的技術才能製作出來，所以麵條越細等級越高。此外，經過長時間熟成的麵條更有嚼勁，所以也被視為高級食品。

製作方法

1



在麵粉中加入水和鹽並開始和麵。

2



將麵團延展成粗繩狀。

3



一邊塗上油，一邊將麵團拉成長繩狀。

4



將長繩狀的麵團掛在兩根棍子之間。

5



將掛有麵團的棍子吊掛在高處。

6



注意避免麵團沾黏，將麵團拉成2公尺左右的麵條。

7



日曬晾乾。

8



裁切麵條使長度一致。

9



裝入木盒中，完成。



狹井神社

本社以消弭病痛而著名，參拜殿的左後方有一口水井，水井湧出來的井水自古以來被奉為「藥水」，據說喝下就能消除百病。到了現代，本社更成了藥廠的信仰對象，排列在參道上的燈籠當中，有許多都是藥廠捐贈的供品。使用「藥水」作為製藥第一步的習俗，也一直流傳至今。



玄寶庵

建立於西元 782 年

玄寶是一位曾侍奉過天皇的高僧，由於他厭惡俗世，所以隱居於此。從這座佛寺絕塵脫俗的靜謐氛圍來看，不難想像玄寶當初為何選擇這裡作為建庵之地。庭院精巧而優美。內有已列為重要文化財產的不動明王像。



檜原神社

建立年代不詳

此地被認為是古代的祭祀場所，神社境內僅有磐座（有神明降臨的巨岩），以樹木（有神靈附體，用於進行儀式的樹木）建造的神座，以及立於前方的三座鳥居。本社與大神神社同樣未設置正殿，非常特別。



正對著鳥居的是二上山的景觀。從本社望出去的夕陽更是格外優美。每逢春分與秋分，夕陽都會正好落在二上山那對山峰的正中央。

元伊勢

「元伊勢」原本意指「天照大神」被遷到伊勢神宮之前受人供奉的地方。以三輪山的山麓為首，這尊神明曾經輾轉巡迴各地，爾後才鎮守於現在的伊勢地區。由於檜原神社是最初的「元伊勢」，因此聚集了許多虔誠的信眾。

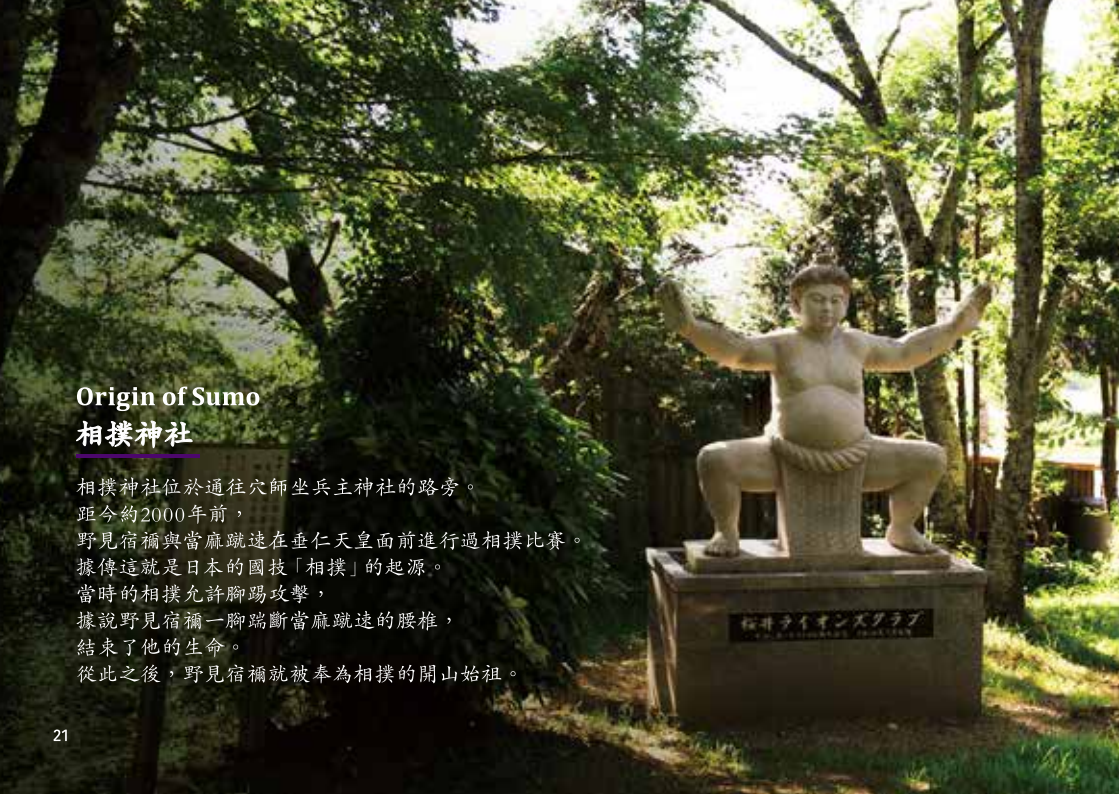
穴師坐兵主神社

從山之邊道往東前進，
登上約300公尺的緩坡後，
方能抵達蒼鬱蒼翠的神社。
優美的神殿位於正對山壁之處，
環境清幽靜謐。
彷彿只要獨自靜下心來虔誠祈禱，
神靈就會現身。



Origin of Sumo 相撲神社

相撲神社位於通往穴師坐兵主神社的路旁。
距今約2000年前，
野見宿禰與當麻蹠速在垂仁天皇面前進行過相撲比賽。
據傳這就是日本的國技「相撲」的起源。
當時的相撲允許腳踢攻擊，
據說野見宿禰一腳踢斷當麻蹠速的腰椎，
結束了他的生命。
從此之後，野見宿禰就被奉為相撲的開山始祖。

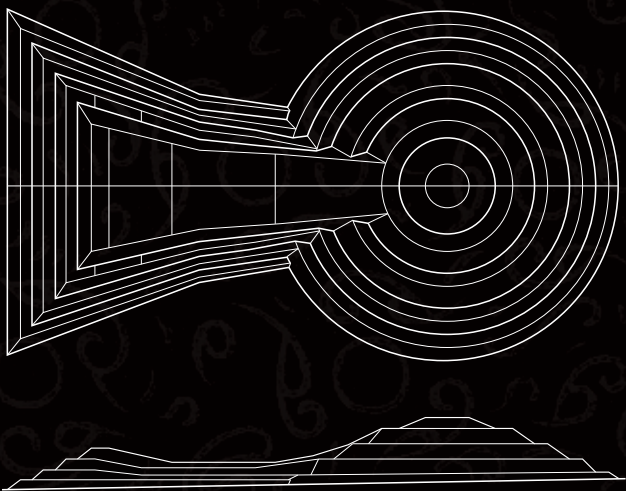


大和古墳群

所謂的古墳，是指以土堆高成墳丘構造的墳墓，尤其在東亞地區，盛行將其興建為地位崇高者或當權者的墳墓。日本史中，「古墳」一詞一般專指日本在三世紀中葉到七世紀建造的墳墓。大和地區有許多這種前方後圓型古墳，包括山邊道旁的大和、柳本、纏向古墳群，以及西邊的三宅古墳群等等，整個大和區域共有超過兩千座古墳。

前方後圓墳

這是古代墳墓的形式之一，形狀類似鑰匙孔。這種墳墓形式在三世紀中葉開始出現於大和區域，之後擴散到日本全國各地。直到七世紀初期都還有人建造這種形式的墳墓，而古墳形式的擴散情況也被視為大和政權擴展勢力範圍的證據。



結構

圓形部位在後方，被稱為後圓部。死者被埋葬於其頂部區域。丘陵部位以石頭砌成，坡度較陡，部分古墳四周還圍繞著壕溝。棺材以石頭和黏土仔細地予以密封。為了驅邪，有些古墳的棺材四周還以銅鏡圍繞。學者認為侍奉國王的隨從們也會隨之殉葬。由於活人殉葬的習俗太過殘忍，西元四世紀時的垂仁天皇廢止殉葬，改以「埴輪」，也就是人形或動物形的人偶作為陪葬品。



山之邊道上的古墳

在山之邊道上，有著歷代天皇和當時的有力人士留下的古墳，規模相當巨大。為了維護古蹟，古墳禁止入內參觀，但周圍的壕溝可以靠近。見到擁有超過一千年歷史的古墳，令人不禁發思古之幽情。



箸墓古墳

建造於西元三世紀中葉

屬於前方後圓型古墳中最古老的一群。這座古墳被認為「倭迹迹日百襲姬命」(YAMATOTOTOHIMOMOSOHIMENOMIKOTO)的墳墓，也有人認為這座古墳的主人可能是邪馬台國的女王「卑彌呼」。

全長280公尺 最高處30公尺
前方寬130公尺 後圓部位直徑160公尺



島之山古墳

景行天皇陵

建造於四世紀後半

被認為是第十二代景行 (KEIKOU) 天皇的墳墓。是日本第七大古墳。

全長310公尺 最高處25公尺
前方寬170公尺 後圓部位直徑168公尺



三宅古墳群

以全長約200公尺的島之山古墳 (四世紀末~五世紀初) 為主、範圍擴及磯城郡三個町的古墳群，以西元五世紀後半到六世紀前半為最盛期。包含小型古墳在內，目前共有十七座古墳已被發現。三宅町這個地名的淵源，來自大和王權設置的直轄地「屯倉 (MIYAKE)」，與三宅諧音。當時的國王以屯倉發展農業、累積財富，進而建造了古墳。埋葬在古墳裡的都是當時屯倉的有力人士。屯倉這種統治制度後來逐漸推展到日本全國各地，成為地方行政制度的前身。



崇神天皇陵

建造於四世紀後半

被認為是第十代崇神 (SUJIN) 天皇的墳墓。

全長242公尺 最高處31公尺
前方寬100公尺 後圓部位直徑158公尺



寺之前古墳



瓢箪山古墳



長岳寺

建立於西元824年

本寺由高野山開山始祖空海創建。
穿過大門、行經兩側杜鵑樹牆一路延展的鵝卵石參道後，
抵達日本最古老的鐘樓門。
本寺境內寬廣，許多已列為重要文化財產的建築、
佛像及石像，一年四季百花爭妍。



竹之內、萱生環狀壕溝聚落

十四~十六世紀

為了抵禦外侮，
當時人們沿著聚落外圍挖掘壕溝，
至今仍有人居住在這裡。
據說歷史淵源可以上溯到室町時代。
雖然壕溝已被填平，
不過仍有部分遺跡被保留至今。

竹之內村



阿彌陀三尊

創作於西元1151年
重要文化財產

外觀莊重大方、極具份量，
再加上寫實的詮釋方式，
在在迥異於當時以纖細優美為主流的佛像風格，
被視為啟迪嗣後鎌倉時代(運慶、快慶等)
藝術風格的濫觴。
同時也以運用
「玉眼(以水晶鑲嵌佛像眼球部位的技法)」
技術的佛像當中，年代最久遠者而著稱。

地址 | 奈良縣天理市柳本町508
電話 | 0743-66-1051



聚落中的建築物有許多都是古蹟，
為了因應外敵侵襲，
內部被設計成迷宮般的格局。
敬邀您親臨聚落，
漫步其中欣賞美景。

竹之內村



夜都伎神社

靜靜佇立於山腳下的小型神社。
茅草屋頂在這一帶是相當罕見的建築形式，
宛如民間故事中最古老、
最經典的樸素神社。



內山永久寺遺跡

內山永久寺建立於十二世紀，
曾經領受過僅次於東大寺、興福寺
和法隆寺的隆重待遇，
更被譽為「西方日光東照宮」，
吸引眾多信徒前來參拜。
直到十九世紀後半，
才在廢佛毀釋運動中遭到摧毀。
佛寺如今已成了一片田野，
只遺留過去庭園中的池塘與石碑。
置身在這座佛寺遺跡中，
想必令人很能體會佛家說的「諸行無常」吧。



傳說中的寶劍真實存在於此

石上神宮

這座神社是日本最古老的神社之一，神社境內棲息著放養的雞，這些外型優美的雞被認為是神明的使者。本社祭祀的對象是傳說中天皇用來平定日本的「布都御魂劍」長眠之處，多年來未曾建立正殿。到了西元1874年，挖掘調查行動中果然有寶劍出土，本神社目前就以安放這把劍的建築作為正殿。



拜殿

國寶 遷建於西元1081年
據說這棟建築原本位於白河天皇(在位期間為1073~1087年)在京都的宮中，後來捐獻給石上神宮。這是現存最古老的拜殿。



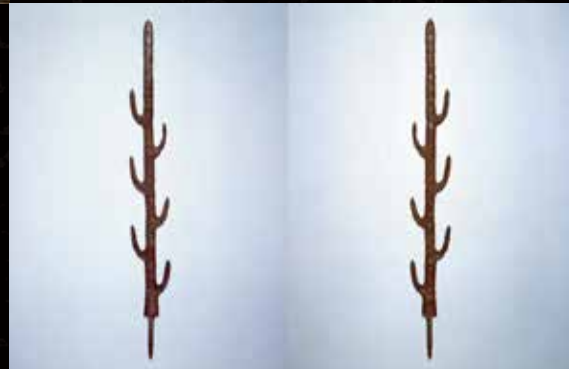
出雲建雄神社

國寶 建立於西元1137年
這棟建築原本是內山永久寺的拜殿，遷建於西元1914年。由於內山永久寺已不復存在，這棟保存下來的建築顯得更為珍貴，已被指定為國寶。



七支刀

國寶 製作於西元369年
不對外公開
全長74.8公分，是真實存在的傳說寶刀之一。西元八世紀的史籍《日本書紀》曾提及這把刀，根據推測，當初此刀是從百濟國進貢而來的貢品。學者認為這把刀並不是具有實用性的武器，而是作為祭祀的象徵使用。



開放時間 5:30 - 17:30 左右 (日出、日落)

參拜費用 免費

由櫻井車站搭乘巴士 26分鐘 車資430日圓



全程參觀時間 1~2小時

地址 奈良縣天理市布留町384

電話

0743-62-0900

Origin of Japanese Poetry

— 日本詩歌的發祥地 —

萬葉集

萬葉集由創作於西元五世紀左右至八世紀後半的詩歌集結而成，是日本歷史最悠久的歌集。

詩歌作者的身分林林總總，

從天皇、貴族、一般官吏到士兵都有，

共收錄超過四千五百首作品，

一般認為成書年代在西元759年之後。

卷首部分歌詠的對象為大和地區，

而整部萬葉集共有約240首詩歌也在頌讚此地，

此外還有部分歌碑保留到現代。

以下將介紹幾首保存在山之邊道歌碑上的詩歌。

在這大和之國，如果還有第二個你，

我又何須如此哀嘆？

就是因為只有一個你，才叫我如此嘆息不已。

作者 不詳 時代 不詳



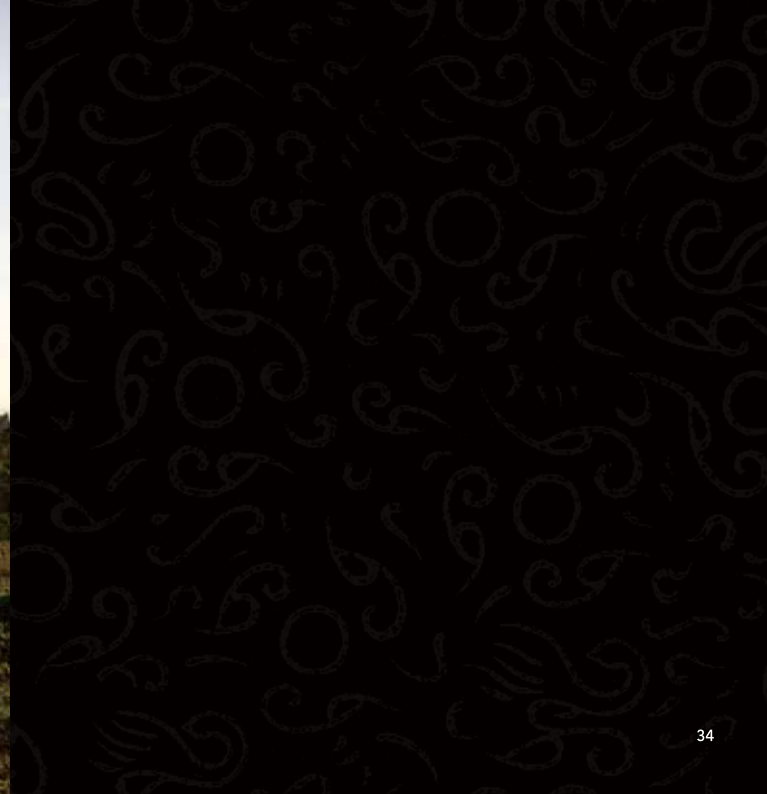
為什麼雲總要將三輪山隱藏起來，

讓它如此難得一見，令人遺憾？

姑且不論人心如何，

至少雲應該要給我多一點關懷之情。

額田王 作於西元七世紀後半



不僅能欣賞古蹟，也能讓文化體驗更豐富

安倍文殊院

建立於七世紀

本寺院以大智文殊菩薩為本尊，是著名的日本三文殊之一。由於文殊菩薩掌管智慧，眾多考生都會前來參拜，祈求金榜題名。本寺院歷史長達1300餘年，一直都是民眾的信仰中心。各時代的古蹟和建築遍布於境內各處，像是七世紀的古墳、中世紀的著名雕刻以及現代的佛堂等等。除了欣賞古蹟，本寺院更提供獨家的體驗活動。專為遠道而來的旅客設計的體驗活動，值得您親臨感受。



金閣浮御堂與七參儀式

建於1985年
由源起於本處的安倍一族興建作為祭祀之用的金色佛堂。
佛堂內供奉著珍貴的佛像。

渡海文殊

國寶 建於西元1203年
騎在獅子背上的文殊菩薩像
及四位隨侍。五尊佛像均為國寶。
由鎌倉時代(1185 ~ 1333)
最具代表性的佛師快慶建造而成。
高達7公尺，
是日本最大的文殊菩薩像。



抹茶與和菓子

進入正殿後，可享用抹茶與和菓子。
於靜謐的佛堂中享用抹茶，讓您親身感受別開生面的珍貴體驗。



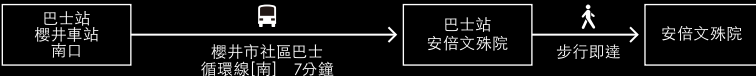
七參儀式

消災解厄的儀式。一邊祈禱「消除〇〇」（例如「消除病痛」），
一邊繞行浮御堂一圓後納札。同樣的程序需重複七次。
信眾認為這麼做可以消災解厄。
唯有造訪本寺院，才能有感受到如此特別的體驗。非常值得一試。



文殊院西古墳

建於七世紀左右
國家指定特別史跡
可進入宛如埃及金字塔般的古墳石室中參觀。
據說這座古墳是安倍寺的創建者安倍倉梯麻呂的墳墓。

參拜時間	9:00~17:00
參拜費用	A 正殿 渡海文殊像 (附贈抹茶、和菓子) 成人700日圓 小學生500日圓
	B 金閣浮御堂靈寶館 (附贈七參儀式納札、護身符) 成人700日圓 小學生500日圓
	A+B 成人1200日圓 小學生800日圓
交通方式	由櫻井車站步行20分鐘或搭乘巴士7分鐘 190日圓  ※巴士約每1~2個小時僅有一班，敬請特別留意。
全程參觀時間	1~2小時
地址	奈良縣櫻井市阿部645
電話	0744-43-0002

沉浸在祥和的佛心中

聖林寺

建立於八世紀

這座寺院靜靜矗立在櫻井市郊的高台上。
從山門望出去，
三輪山美景一覽無遺。



子安延命地藏

建立於十八世紀

這尊地藏是聖林寺的本尊，
也是保佑安產、養育子女以及求子的佛像。
這尊佛像是由本寺僧侶文春因自己的姊姊和許多村
人為難產所苦而起造。
他曾背著自己雕塑的木雕佛像走遍全國各地募捐，
歷時四年七個月。
如今此地已成為信仰中心，
吸引許多祈求安產和求子的信徒前來參拜。



十一面觀音

國寶
創作於八世紀

這座佛像散發著祥和的氣息，
彷彿足以包容世間的一切。
許多藝術家都對這座佛像讚不絕口。
這座佛像名列日本雕刻史上的代表作之一，
由於觀光客不多，
這座佛像總是圍繞在靜寂的氣氛中，
來此參訪更能在平靜中體會佛心的真諦。

這座佛像曾是位於三輪山大御輪寺的本尊。
到了明治年間，
由於受到神佛分離、廢佛毀釋的風暴影響，
這座佛像於西元1868年被遷到此地避難。
自從日本施行國寶制度之後，
這座佛像在第一期評選中即被選為國寶，
同期被指定為國寶的佛像僅有24尊。

參拜時間 | 9:00~16:30
參拜費用 | 400日圓 ※僅11月份因舉辦「曼陀羅展」調整為500日圓



全程參觀時間 | 30分鐘~1小時

地址 | 奈良縣櫻井市下692

電話 | 0744-43-0005

改變了日本歷史的鮮紅神社

談山神社

建立於七世紀

這座神社位於人跡罕至的深山中，
彷彿嚴拒著凡人輕易靠近。

讓日本歷史幡然一變的政變「乙巳之變」（西元645年）之所以會以此地為交涉場所，
或許就是因為這裡遠離人煙的緣故。

神社境內共有17處重要文化財產，

其中包括全世界唯一一座木造的十三重塔。

這裡與其稱為神社，倒不如說是一座氣質優雅的城寨，

不難想像許多戰役曾在這裡發生。

彷彿濺血般鮮紅的建築物與紅葉相互輝映，讓這裡成為賞楓勝地，

吸引全國各地喜愛楓紅的遊客造訪。

日光東照宮（栃木縣、世界遺產）正是以本社作為藍本而著稱。

希望您也能夠欣賞到這些座落於深山中的優雅建築群，

以及感受莊嚴神聖的氣氛。





中大兄并中臣連丹波麻呂等入鹿鹿流河不進咄嗚即驅彼等使
 入鹿崩入鹿驚起古麻呂連主揮釵斬其一脚入鹿轉就御座叩頭
 知羅乙重高察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皇指致向背大兄至等天皇起入殿于
 古麻呂等令謀入鹿一說云中臣連丹波麻呂等入鹿鹿流河不進
 御座尸二說云鹿首元亦付御座三說云首元亦付御座四說云
 起在中大兄多錄一連日合共立皇新入鹿流血數斛依斬則之魁怒目
 連打放入鹿自其首隨鹿出度美于中臣連丹波麻呂等震動皆歎



乙巳之變 (西元645年)

在西元七世紀上半葉，由於朝廷的統治者蘇我氏專橫濫權，導致國家動盪不安。為了匡正天下，中大兄皇子拉攏藤原鎌足為盟友，一起發動政變。結果蘇我氏在政變中被消滅，兩人藉此掌握政權、匡正天下，為日本奠定繁榮的基礎，史稱「乙巳之變」。這座神社供奉的就是政變中的功臣藤原鎌足。他是日本最有名的貴族藤原氏的始祖。藤原氏爾後持續統治日本長達400年，而且1200多年來，藤原氏一直都是勢力強大的貴族。由於德川家康（開創江戶幕府統治日本長達400年）非常尊崇藤原鎌足，因此日光東照宮也是模仿這座神社而建成的。

參拜時間	8:30~16:30
參拜費用	成人600日圓 / 小學生300日圓
交通方式	由櫻井車站搭乘巴士30分鐘 車資490日圓
全程參觀時間	1~2小時
地址	奈良縣櫻井市多武峰319
電話	0744-49-0001

Origin Of Japanese Entertainment

— 日本表演藝術的發祥地 —



土舞台

依據日本最古老的史籍《日本書紀》記載，西元612年，當時的有力人士聖德太子將一種從中國大陸傳來日本、稱為伎樂的表演藝術引進本地，讓本地少年學習這種戴上面具表演逗趣戲碼的戲劇。

「土舞台」是日本第一座國立劇場，同時併設國立戲劇研究所，成為日本演藝文化的發展重鎮。如今此地依然時常舉辦音樂演奏會等活動，向日本演藝史致敬。



談山能

讓能樂登峰造極的觀阿彌與世阿彌父子極重視談山神社，將此地視為根據地。

每年五月中旬，談山神社都會在神社境內舉辦能樂表演，作為對神明的奉納。

親臨此地參觀，將能深刻感受到能樂誕生時的情景。



能樂

土舞台流傳下來的伎樂受到朝廷保護，得以在貴族面前表演。到了八世紀末，伎樂失去朝廷保護，逐漸演變成在神社、寺院或街頭表演的形式。

後來與農民和一般大眾的演藝內容互相融合，發展出日本特有的表演藝術，也就是能樂的前身。

到了十四世紀中葉，出現了四個勢力龐大的劇團，稱為「大和四座」，可說是風靡一世。

其中的外山座是現代能樂寶生流的源頭，當時該劇團的活動範圍就是談山神社。

在宗像神社立有一座「寶生流發祥地」的石碑。

「結崎座」的觀阿彌與世阿彌父子，將能樂昇華到藝術的境界。

觀阿彌為當時以幽默逗趣為主的表演內容導入音樂和舞蹈，將能樂推展成更具美感的表演形式。

到了世阿彌的時代，他更進一步完成以死者為中心的能劇「夢幻能」。由死者的觀點口述劇情的表演形式，是能樂獨樹一幟的特色，一直傳承到現代。

到了2008年，能樂更首開先例成為日本第一項榮獲聯合國教科文組織登錄的無形文化遺產。

觀世流的發祥地 結崎

據說當時有一副面具從天而降，觀阿彌戴上了那副面具，在將軍面前載歌載舞，博得好評。

後來觀阿彌就定居在川西町結崎，讓該地成為能樂發展的重鎮。



面塚(觀世流發祥地的紀念碑)



在幽靜的山寺尋訪佛心

長谷寺

建立於八世紀

本寺依山勢而建，與大自然渾然一體，極富自然美感。本寺境內四季百花爭妍，備受民眾喜愛，被人們稱為「花之御寺」。境內共有30座建築，周邊地區為古色古香的門前町，內有名產店、日式旅館等等，建議您預留幾個小時的時間，以悠閒的步調尋幽訪勝。登上通往正殿的石階後，映入眼簾的是令人屏息的美景與壯觀的佛像。不僅佛寺值得一看，此地的觀光客也比京都少得多，更能讓您融入尋訪佛心的幽靜氣氛當中。本寺是真言宗豐山派的總本山，全國三千多間分院都以此為原點。或許您也能一窺眾多僧侶在此修行的情景。



登廊

重要文化財產

通往正殿的階梯坡度平緩，景緻秀麗。階梯全長約200公尺，若以日本古代的單位「間」來計算，則是108間（1間約6尺）。佛教認為人有一百零八種煩惱，據說每登上一級階梯，就能消除一種煩惱。



正殿

重建於1650年
國寶

正殿建立於斷崖絕壁上。登上石階頂端方能抵達正殿。高台上清風徐徐，為您拂拭攀登石階時的汗水。放眼望去，盡是令人屏息的美景。位於前方的是巨大的佛像，建築物則是其後為了供奉這座佛像而建立。



十一面觀世音菩薩立像

起造於1538年 重要文化財產

高10公尺18公分，是國內最大規模的木造十一面觀音像。這座觀音像的表情有三面慈悲、三面憤怒、三面讚許、一面領悟以及一面笑容，共有十一張面容。

進行特別參觀活動時，可進入佛像腳邊的區域。

參拜者對著佛像屈膝跪地，觸碰佛像的足部並獻上祝禱。

佛像足部的色澤不同於其他部位，

這是幾百年來無數人以同樣的方式對佛像祈禱所留下來的影響。

早課

本寺的修行已延續超過千年歷史，

每天晨間正殿都會進行早課。

在清幽的晨間共聚一堂朗誦經文，是難得的神聖體驗。

每一位曾經體驗過的旅客，都表示非常值得一試。

希望遠道而來長谷寺的您千萬別錯過這個難得的緣分。



i 4月~9月早晨6:30開始。10月~3月早晨7:00開始。正殿櫃台於開始前30分鐘接受報名。由於儀式莊嚴神聖，敬請注意服裝儀容，建議您避免穿著下襠過短的裙裝或褲裝。如果您有意參觀課誦，建議您選擇鄰近長谷寺的旅社作為下榻之處。



門前町

這是一個專為前來長谷寺參拜的香客而發展起來的廟口小鎮，古色古香的街道上，林立著許多餐廳、名產店和旅館等等。

本地名產草餅（艾草麻糬）和麵線均值得一嘗。

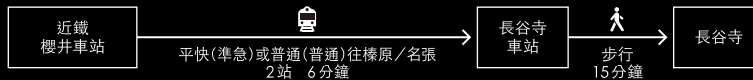
鎮上的旅館有傳統日式旅館，也有西式的民宿，新舊並陳，

提供多樣選擇。如果您有意參觀早課，建議您就近選擇下榻之處。

參拜時間 | 4月~9月 8:30~17:00 | 10月~3月 9:00~16:30

參拜費用 | 成人、國高中生500日圓 | 小學生、身障人士 250日圓

交通方式 | 由櫻井車站前往 約21分鐘 210日圓



全程參觀時間 | 2~4小時

地址 | 奈良縣櫻井市初瀬731-1

電話 | 0744-47-7001

葉稻長者

葉稻長者(稻草富翁)是日本著名的民間故事，舞台就在長谷寺。



京城裡有個年輕的武士，他沒有父母和妻小，連主君都沒有。某天，他前來參拜長谷觀音，對著觀音像叩頭祈禱：「我是不是會當一輩子的窮光蛋呢？請菩薩賞賜我一點東西，希望菩薩能夠托夢告訴我。在那之前，我會不斷在這裡祈禱的」於是，觀音菩薩告訴他：「離開寺院之後，把你第一個拿到的東西收起來，好好珍惜。」



那人吃了橘子，馬上就恢復了精神，開心地送他一匹布作為謝禮。



又走了沒多久，年輕武士遇見了一位武士與一匹倒地不起的馬。



武士提議要用那匹倒地不起的馬和年輕武士交換那匹布。因為看那匹馬模樣實在太可憐，於是年輕武士答應用那匹布交換那匹馬。



結果，年輕武士一出寺院大門就絆了一跤跌倒了。就在這時，他把一根稻草抓在手裡。



於是他就遵照菩薩的指引，將那根稻草帶在身邊，結果來了一隻惱人的蒼蠅在他身邊飛舞。



他把蒼蠅抓起來綁在稻草上，繼續向前走著。



他朝著觀音菩薩的方向祈禱，希望菩薩保佑那匹馬好起來。



結果那匹馬果然恢復了元氣。



年輕武士帶著恢復正常的馬走在路上，忽然遇到一位大財主說他有急事必須上京去一趟，所以要向他借馬來騎。



結果迎面來了個小朋友，見了說說想要那隻綁在稻草上的蒼蠅，年輕武士就給了他，於是小朋友給他一個橘子當作謝禮。



走了沒多久，年輕武士遇見一個人說他喉嚨渴得受不了。



出於同情，年輕武士把橘子給了他，



他很快地答應了財主，但說他會離開五年。The lord said to him after he had not come about three years. If he did not come to me, then I will give this house to you," and left on his journey.



大財主終究還是沒回來，於是他繼承了那些家業，從此過著幸福快樂的生活。

綻放於祕境中的佛教藝術

室生寺

建立於八世紀

本寺座落於深山裡，數百年歷史的建築與未經人為破壞的大自然美景渾然天成。由於地理位置偏遠，讓本寺躲過戰禍，建築物與佛像完整保留原始風貌，其中許多都已列為國寶。日本最具代表性的攝影師土門拳曾說「此地即日本之所在」，室生寺是他畢生造訪過的最後一站。建議您放慢步調，在森林浴中悠閒享受美景。



通往奧之院的路徑

穿過滿是參天古木的森林，登上約400級階梯後，方能抵達奧之院。路程險峻絕美。千萬別忘了參訪奧之院。

室生寺的佛像

國寶三項、重要文化財產六項，絕大部分都是西元八世紀的古物。是拍遍日本各地佛像的土門拳最愛的佛像群。

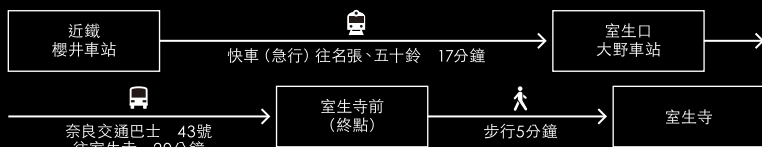


參拜時間 | 4月1日~11月30日 8:30~17:00 | 12月1日~3月31日 9:00~16:00

參拜費用 | 成人600日圓 / 兒童400日圓

由櫻井車站出發 42分鐘 車資770日圓

交通方式



※由於巴士每個小時僅有一班，敬請特別留意。

全程參觀時間 | 1~3小時

地址 | 奈良縣宇陀市室生78

電話 | 0745-93-2003



斷崖上的大佛

大野寺

建立於西元 681 年

位於宇陀川岸邊的優美寺院。
寺內共有兩棵樹齡高達300年的枝垂櫻，
非常壯觀，
每逢賞櫻季節總會吸引眾多觀光客前來參訪。

彌勒磨崖佛

建立於西元 13 世紀

隔著河流從寺院望出去，可見到一尊巨大的佛像。
這尊佛像是在高33公尺的岩壁上挖出凹槽，
再以水磨技法雕刻出彌勒佛的立像，
高達13.8公尺。
每逢夕照時分，佛像會變得格外清晰可見。

位於河岸邊的城外小鎮

宇陀松山

始於西元 14 世紀
重要傳統建築群保存地區

據傳城鎮的起源是依河岸興起的城下町（城外小鎮）。
鎮上建築物新舊並陳，有古色古香的酒藏、
醬油店、以老屋改裝而成的咖啡廳，
以及上個世紀的老字號商店等等。
時光彷彿停駐在此地。
本地發展出來的獨特物產也不少，
例如吉野本葛和藥草園等等。
歡迎蒞臨欣賞體驗山野村落發展出來的精緻文化。

參拜時間 | 8:00~17:00 (3月1日~11月30日) 8:00~16:00 (12月1日~2月28日)

參拜費用 | 成人 300日圓 (高中生以下免費)

交通方式 | 由櫻井車站出發 22分鐘 車資350日圓



全程參觀時間 | 30分鐘~1小時

地址 | 奈良縣宇陀市室生大野1680

電話 | 0745-92-2220

交通方式

由櫻井車站出發 25分鐘 車資730日圓



全程參觀時間 | 1~2小時

美麗的日本村莊

曾爾村

這座美麗的村莊位於大和高原的深處。
在獨一無二的珍貴自然景觀環繞下，
還有露營場地，歡迎蒞臨欣賞大自然的美景。



神話之村

御杖村

本村座落於大和高原深處的大自然環抱之中。
老街位於伊勢本街道旁的自然環境裡，
無論來此散步或徜徉在大自然中，
都是值得推薦的行程。



曾爾高原

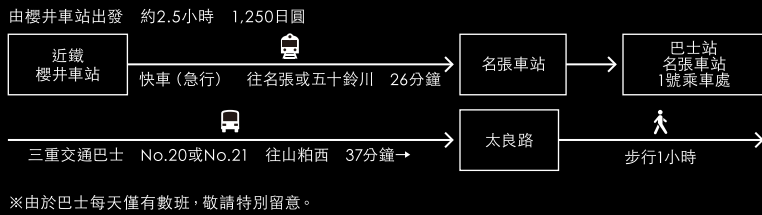
一整片蘆葦草原從山坡延展到谷地。
草原上設有觀光步道，可供遊客輕裝散步賞景。
附近還有溫泉，泡湯消除散步的疲勞也是不錯的選擇。
晚上可觀賞到滿天燦爛的星空。



御杖神社

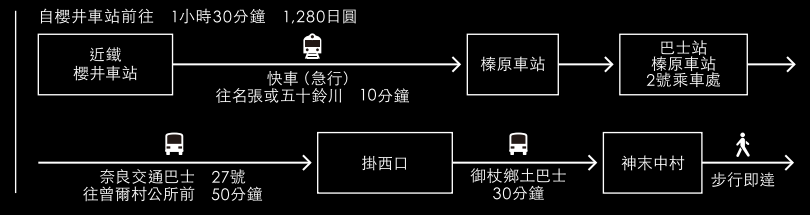
建立年代不詳
兩棵大樹將社殿夾在中間。
第11代天皇垂仁天皇的女兒倭姬命出訪至此時
留下一把「杖」。這把杖即為御杖村得名的由來。

交通方式



全程參觀時間 1小時30分鐘

交通方式



全程參觀時間 10~15分鐘 | 地址 | 奈良縣宇陀郡御杖村神末1020

屏風岩

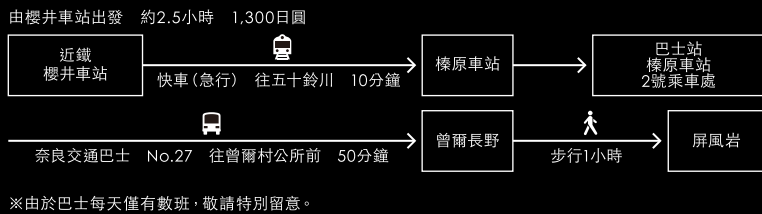
國家天然紀念物
看似「屏風」的奇岩。
這是一片高200公尺、寬2公里的斷崖絕壁。
每逢賞櫻或賞楓季節景色尤其優美，淡季時遊客稀少，
更能盡情獨享大自然的體驗。



三峰山

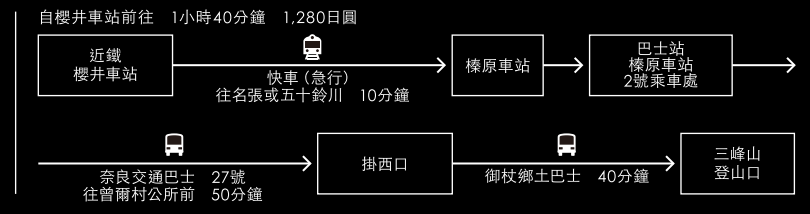
海拔1,235公尺。
日本三百名山之一，冬季常有霧凇美景。
春季時稜線一帶整片盛開的五葉杜鵑極美。

交通方式



全程參觀時間 1小時

交通方式



全程參觀時間 來回4~5小時

旅遊行程範例

以下為探索 YAMATO 地區的建議行程，歡迎作為旅途參考。

以近鐵、JR 櫻井車站為旅遊起點。
火車、巴士時刻以2017年1月當時的平日時刻表為準。
實際情況可能會有所調整，敬請注意。
尤其巴士每個小時僅有一班，敬請特別留意。

半日行程

尋訪佛心之旅

- 長谷寺 -

- 11:50 近鐵 櫻井車站
↓  區間平快 往奈良 6分鐘 2站
- 11:56 近鐵 長谷寺車站
↓  步行10分鐘 750公尺
- 12:10 在長谷寺的門前町享用午餐
↓  步行即達
- 13:00 前往長谷寺參拜
↓
- 15:00 在門前町享受午茶時光
↓  步行即達
- 15:50 與喜天滿神社
↓  步行3分鐘 180公尺
- 16:30 在門前町挑選伴手禮
↓  步行10分鐘 750公尺
- 17:11 近鐵 長谷寺車站
↓  往大阪上本町 8分鐘 2站
- 17:19 近鐵 櫻井車站

尋訪深山古剎之旅

- 談山神社 -

- 11:30 近鐵、JR 櫻井車站
↓  步行5分鐘
- 11:40 巴士站 櫻井車站南口
※請先確認開往談山神社的巴士時刻表
↓
- 在櫻井車站附近享用午餐
↓  步行即達
- 12:50 巴士站 櫻井車站南口
※由於每個小時僅有一班，敬請注意避免過站。
↓  櫻井社區巴士 多武峰線 25分鐘 8公里
- 13:15 巴士站 談山神社
※請記得確認回程開往櫻井車站南口的巴士時刻表
↓  步行5分鐘 300公尺
- 13:30 前往談山神社參拜
↓  步行即達
- 15:30 在神社附近享受午茶時光
↓  步行即達
- 16:10 在神社附近挑選伴手禮
↓  步行5分鐘
- 16:37 巴士站 談山神社
※由於每個小時僅有一班，敬請注意避免過站。
↓  櫻井社區巴士 多武峰線 25分鐘 8公里
- 17:05 巴士站 櫻井車站南口
↓  步行5分鐘
- 17:10 近鐵、JR 櫻井車站

尋訪國寶佛像之旅

- 安倍文殊院、聖林寺 -

- 12:00 近鐵、JR 櫻井車站
↓  步行即達
- 12:10 在櫻井車站附近享用午餐
↓  步行即達
- 13:00 前往安倍文殊院
↓  步行20分鐘 1.6公里
- 13:30 安倍文殊院
↓
- 14:30 前往櫻井車站
↓  步行20分鐘 1.6公里
- 15:05 巴士站 櫻井車站南口
※由於每個小時僅有一班，敬請注意避免過站。
↓  櫻井社區巴士 多武峰線 10分鐘 2.7公里
- 15:20 巴士站 聖林寺
※確認回程開往櫻井車站南口的巴士時刻表
↓  步行即達
- 15:30 聖林寺
↓  步行即達
- 16:51 巴士站 聖林寺
※由於每個小時僅有一班，敬請注意避免過站。
↓  櫻井社區巴士 多武峰線 10分鐘 2.7公里
- 17:00 巴士站 櫻井車站南口
↓  步行5分鐘
- 17:05 近鐵、JR 櫻井車站

漫步於互古勝境，發思古之幽情

- 山之邊道 -

- 9:06 JR 櫻井車站
↓ 普通 往奈良 8分鐘 3站
- 9:14 JR 柳本車站
↓ 步行20分鐘 1.5公里
- 9:50 長岳寺
↓ 步行15分鐘 1.1公里
- 10:40 崇神天皇陵
↓ 步行15分鐘 1公里
- 11:00 景行天皇陵
↓ 步行即達
- 11:30 在附近享用午餐
↓ 步行30分鐘 2.2公里
- 13:00 相撲神社
↓ 步行5分鐘 200公尺
- 13:20 穴師坐兵主神社
↓ 步行22分鐘 1.7公里
- 14:00 檜原神社
↓ 休息
- 15:00 玄賓庵
↓ 步行15分鐘 1公里
- 15:30 狹井神社
↓ 步行2分鐘 100公尺
- 15:50 大美和之杜展望台
↓ 步行5分鐘 400公尺
- 16:20 前往大神神社參拜
↓ 步行即達
- 16:30 在大神社附近購物
↓ 步行即達
- 17:03 JR 三輪車站
↓ 普通 往王寺 3分鐘 1站
- 17:06 JR 櫻井車站

一日 行程

山林野寺巡佛之旅

- 長谷寺、室生寺 -

- 9:20 近鐵 櫻井車站
↓ 區間平快 往榛原 10分鐘 2站
- 9:30 近鐵 長谷寺車站
↓ 步行15分鐘 1.5公里
- 9:45 前往長谷寺參拜
↓ 步行10分鐘 700公尺
- 12:00 在長谷寺的門前町享用午餐
↓ 步行10分鐘 750公尺
- 12:56 長谷寺車站
↓ 區間平快 往榛原 5分鐘 1站
- 13:05 榛原車站 ※轉乘
↓ 快車 往五十鈴 6分鐘 1站
- 13:11 室生口大野車站
↓ 步行5分鐘 450公尺
- 13:20 大野寺 ※確認開往室生寺的巴士時刻表
↓ 步行即達
- 14:01 巴士站 大野寺 ※由於每個小時僅有數班，敬請特別留意。
↓ 往室生寺 13分鐘 6.2公里
- 14:15 巴士站 室生寺 ※確認回程開往室生口大野車站的巴士時刻表
↓ 步行即達
- 14:20 前往室生寺參拜
↓ 步行即達
- 16:00 在室生寺附近享受午茶時光
↓ 步行即達
- 16:30 巴士站 室生寺 ※由於是末班巴士，敬請注意避免過站。
↓ 往室生口大野站 14分鐘 6.8公里
- 16:54 室生口大野車站
↓ 快車 往大阪上本町 14分鐘 2站
- 17:08 近鐵 櫻井車站

兩天一夜行程

第一天 漫步於山之邊道，遙望互古勝境，發思古之幽情 - 山之邊道 -

- 9:06 JR 櫻井車站
↓ 普通 往奈良 8分鐘 3站
- 9:14 JR 柳本車站
↓ 步行20分鐘 1.5公里
- 9:50 長岳寺
↓ 步行15分鐘 1.1公里
- 10:40 崇神天皇陵
↓ 步行15分鐘 1公里
- 11:00 景行天皇陵
↓ 步行即達
- 11:30 在附近享用午餐
↓ 步行30分鐘 2.2公里
- 13:00 相撲神社
↓ 步行5分鐘 200公尺
- 13:20 穴師坐兵主神社
↓ 步行22分鐘 1.7公里
- 14:00 檜原神社

↓ 休息
- 15:00 玄寶庵
↓ 步行15分鐘 1公里
- 15:30 狹井神社
↓ 步行2分鐘 100公尺
- 15:50 大美和之杜展望台
↓ 步行5分鐘 400公尺
- 16:20 前往大神神社參拜
↓ 步行即達
- 16:30 在大神神社附近購物
↓ 步行即達
- 17:03 JR 三輪車站
↓ 普通 往玉寺 3分鐘 1站
- 17:06 JR 櫻井車站
↓ 步行5分鐘 100公尺
- 17:16 近鐵 櫻井車站
↓ 普通 往榛原 6分鐘 2站
- 17:22 近鐵 長谷寺車站
↓ 步行15分鐘 1.5公里
- 18:00 入住長谷寺附近的住宿設施

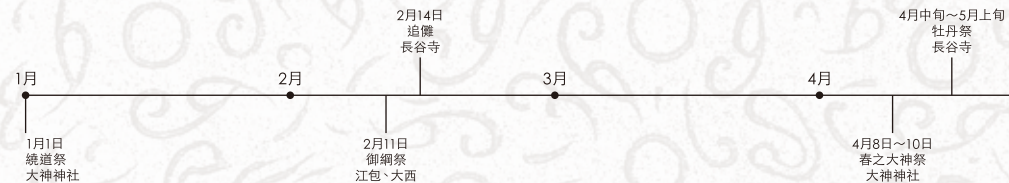
第二天 山林野寺巡佛，早課誦經之旅 - 長谷寺、室生寺 -

- 6:00 報名長谷寺的早課
※10/1~3/31期間於6:30起接受報名
- 6:30 參觀長谷寺的早課(40分鐘)
↓
- 7:10 在長谷寺散步
↓
- 8:30 回到住宿設施享用早餐
↓ 步行即達
- 9:30 前往與喜天滿神社
↓ 步行即達
- 10:00 在門前町挑選伴手禮
↓ 步行即達
- 10:33 長谷寺車站
↓ 區間平快 往榛原 5分鐘 1站
- 10:53 榛原車站 ※轉乘
- ↓ 快車 往青山町 6分鐘 1站
- 11:00 室生口大野車站
↓ 步行5分鐘 450公尺
- 11:10 大野寺 ※由於每個小時僅有一班，敬請注意避免過站。
↓ 步行即達
- 11:21 巴士站 大野寺 ※確認回程開往室生口大野車站的巴士時刻表
↓ 往室生寺 13分鐘 6.2公里
- 11:40 巴士站 室生寺 ※確認回程開往室生口大野車站的巴士時刻表
↓ 步行即達
- 11:50 在室生寺附近享用午餐
↓ 步行即達
- 12:40 前往室生寺參拜
↓ 步行即達
- 14:50 在室生寺附近享受午茶時光
↓ 步行即達
- 15:30 巴士站 室生寺
※由於好幾個小時才有一班，敬請注意避免過站。
↓ 往室生口大野車站 15分鐘 6.8公里
- 15:45 巴士站 室生口大野車站
↓ 步行即達
- 15:53 室生口大野站
↓ 快車 往大阪上本町 16分鐘 2站
- 16:09 近鐵 櫻井車站



慶典

歷史悠久的大和地區，有著許多自古傳承至今的慶典。以下將介紹各種慶典中規模最大、或最具有特色的精選慶典活動。日本全國各地的人們為了慶典而專程造訪本地，如果您在旅程中巧遇了這些慶典，不妨把握機會參觀一番。



1月1日 繞道祭 大神神社

這是祈求國家安泰、五穀豐登的慶典。火種來自拜殿後方，禁止一般人進出的三輪山中。在慶典活動上，社方會將火種移到長約3公尺的巨大火炬上，接著在三輪山麓的19間攝社與末社巡迴，進行點燈儀式。過程極為壯觀。這把火稱為「神火」，當地流傳著以神火點燃神龕燈火，或用於煮麻糬湯的火源的習俗。



2月11日 御網祭 江包、大西

這場慶典由兩個地區聯合進行，先以稻草製作「御網」（聖繩），江包的春日神社製作男網，大西的市杵島神社製作女網，然後將男網和女網移到素盞鳴神社合體，稱為「御網婚禮」。傳說中男神「素盞鳴尊」（須佐之男命）和女神「奇稻田姬」從上游漂流而下，男神在江包得救，女神於大西得救，兩人後來在正月舉行婚禮，這就是「御網祭」的由來。這是一場祈求豐收與多子多孫的慶典。



2月14日 追儼 長谷寺

這是一場劇力萬鈞的慶典，將有惡鬼拿著火把在神社境內四處奔跑，由參拜信眾奪取火把。據說只要將搶到火把帶回家，就能消災解厄、百病全消。



4月8日~10日 春之大神祭 大神神社

本慶典規模宏大，號稱有兩千年的歷史傳承。在崇神天皇的時代，曾經爆發嚴重的瘟疫，於是社方隆重啟祭祀神明的儀式，嗣後果然春回大地，國泰民安，這就是本慶典的由來。在9日這天，將有穿著傳統服飾的人群在三輪的城鎮中緩步繞行。從10日正午時分起，將有優美的能樂表演。



4月中旬~5月上旬 牡丹祭 長谷寺

牡丹祭於寺內約七千株的牡丹盛開之際舉行。據傳寺裡的牡丹歷史可上溯至中國唐朝皇后贈植的樹木。



4月29日／11月3日 蹴鞠祭 談山神社

「蹴鞠」是從西元七世紀起風行日本的遊戲，盛行於貴族之間，以不落地為原則互相踢球，類似現代的足球。藤原鎌足與中大兄皇子正是透過蹴鞠活動相識，後來在談山神社會面討論乙巳之變，因此社方會進行奉納實演活動。



10月第2個星期日 秋祭 門僕神社

本慶典是延續約三百年的曾爾獅子舞儀式。獅子舞（舞獅）以奉納的形式進行，曲目豐富，表演水準極高、非常優雅。其中特別引人注意的是「繼獅子」，由兒童站在成人肩上演類似雜耍的動作。



6月第1個星期日 今里蛇卷 杵築神社／鍵蛇卷 八坂神社

慶典之目的在於祈求男孩健康成長。今里的杵築神社將於下午1:00過後，由年紀為初中生以上的男孩以參拜製作全長18公尺的草蛇，並扛著草蛇在今里緩步繞行，挨家挨戶地向人們道聲「恭喜」。鍵地區則是從上午起，在八坂神社以稻草製作頭部重約300公斤的草蛇，並於下午開始扛著草蛇挨家挨戶拜訪大字鍵地區的居民，為一年之中有喜事的群眾祈福。



10月第2個星期日 嘉吉祭 談山神社

本慶典以穀類、水果、蔬菜等材料裝飾成格外精美的供品而聞名遐邇。在西元1438年的戰亂中，整座山都付之一炬。當時為了避開戰禍而將御神體遷移到飛鳥，並於三年後，也就是西元1441年（嘉吉元年）遷回本地。本地居民為此歡欣鼓舞，於是以當年的秋收加上華美的裝飾當作供品，這項習俗從此傳承下來，至今將近六百年間從未間斷。



6月中旬 阿紀之螢能 阿紀神社

曾經延續數百年之久的能樂奉納節慶活動「薪能」，在鄉土有志之士通力合作下復原、成為規模之大全國僅見的「螢能」。內容是在阿紀神社境內的舞台上表演能樂。表演進行到高潮時，會有數百隻螢火蟲被釋放出來，讓群眾欣賞螢火蟲與能樂同台演出的畫面。



10月第3個星期日 宇陀之秋祭 宇太水分神社

這是擁有超過千年歷史傳承的慶典，為了與宇太水分神社的男神速秋津彥命完成一年一度的相逢，信眾會將想社水分神社的女神速秋津姬命放在神輿上，並以毛櫓、花籠、神輿大鼓等隨侍在側，進行這趟來回約12公里的遊行儀式。來自寬田野各地的信眾會分別扛著六座太鼓台，陸續進入神社境內，一邊吆喝著「CHOSAYA」（千代繁祭），一邊在神社境內緩步繞行，氣勢磅礴，場面極為壯觀。



8月下旬 素麵感謝祭 大神神社

這場慶典由素麵（麵線）的製造業者和銷售業者齊聚在神社中進行，由於神社供奉的神明被尊為製作素麵的祖神，因此他們前來為夏季銷售素麵的生意表達感謝之意。祭典完成之後，拜殿前還會舉行特別的歌舞活動表演，例如以素麵製程為描摹對象的「三輪素麵音頭」。



11月14日 酒祭 大神神社

本神社供奉的神明自古以來就被尊為釀酒之神，備受人們崇敬，而這場慶典則是為了釀造新酒的安全而進行的祈福儀式。參加者是來自全國各地的釀酒業者和「杜氏」（酒廠負責人），由巫女表演奉納給神明的神樂。同時社方會在神社境內安排全國銘酒展覽以及免費贈飲佳釀的活動。社方以拜殿的杉木樹葉製作「大杉玉」作為釀酒之神的象徵，在儀式進行的前一天換上新的「大杉玉」，並於祭典完成後，將杉玉分送給各地的釀酒業者和釀酒廠商。

名產、特產

三輪/山邊地區



素麵／奈良縣三輪素麵工業協同組合 Map: p80 1

大神社的所在地三輪地區，有著為數頗多的素麵（麵線）店。此地素麵商品種類繁多，從極細的麵線到五彩繽紛的麵條都有。

地址 奈良縣櫻井市三輪334-6
營業時間 9:00~17:00
網站 <http://www.miwasonmen-kumiai.com/>

電話 0744-42-6068
公休日 週六日及國定假日、12/29~1/4 6月~7月僅週日公休
信用卡 VISA、MASTER、NICOS、DC、銀聯



日本酒 三諸杉／今西酒造 Map: p80 2

在大神社的庇佑之下，創業至今已達350年。酒廠提供日本酒品酒體驗活動（須預約）。還有美味的日本酒冰淇淋。

地址 奈良縣櫻井市三輪510
營業時間 9:00~17:00
網站 <http://imanishisyuzou.com/>

電話 0744-42-6022
公休日 不定期公休
信用卡 無法使用



三室（MIMURO）／白玉屋榮壽 Map: p80 3

夾心和菓子「三室（MIMURO）」是大神社的名產。創業至今已超過170年。以麻糬取代一般夾心和菓子（最中）的外層，中間夾餡而成。

地址 奈良縣櫻井市三輪660-1
營業時間 8:00~19:00
網站 <http://www.begin.or.jp/~mimuro/>

電話 0744-43-3668
公休日 週一、第3個週二
信用卡 無法使用



多武峰地區



日本酒 談山／西內酒造 Map: p81 4

創業於西元1877年。位於談山神社山路，是一家規模小而專業的酒藏。除了一般的日本酒之外，也販售濁酒等特殊的酒類。

地址 奈良縣櫻井市下3
營業時間 9:00~17:00
網站 <http://www.nara-tanzan.com/>

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



初瀨地區



草餅／長谷寺周邊 Map: p82 總本舖 白酒屋 5 總本家 寿屋 6

井上ぼたん堂 7 御菓子司 寶園堂 8 赤瀧さかえ亭 9

「草餅」（艾草麻糬）是長谷寺門前町的名產。這種麻糬中加入了艾草，可直接享用，亦可烘烤增添風味。適合在門前町散步時享用。每家商店的草餅都各具特色。

照片僅供參考。照片上排左 御菓子司 寶園堂 8、中 赤瀧榮屋 9、右 總本家壽屋 6、下排左 總本舖 白酒屋 5、右 井上牡丹堂 7。



大和出雲人形／大和人心店 Map: p82 10

以黏土為材料，使用傳統模具塑型，晾乾後以稻殼燒製，最後再以摻入動物膠質的泥繪顏料上色而成的人偶，每一個都是手工製作，造型質樸耐看。天皇墓室中陪葬的人偶「埴輪」即為其原點。在店內還可享用茶飲。

地址 奈良縣櫻井市初瀨830
營業時間 10:00~17:00
網站 <http://www.yamatobito.net>

電話 0744-55-2221
公休日 週二、週三 國定假日及每月18日正常營業。公休日有時會彈性調整
信用卡 MASTER、AMEX、Diners、Discover、JCB



宇陀地區



宇陀川饅頭／御菓子司 昇榮堂 Map: p83 11

「饅頭」是包餡的烘焙和菓子，本店的內餡有白豆餡和紅豆餡，紅豆餡採用本地生產的宇陀小豆仔細炊煮，維持豆粒完整。饅頭皮薄、精心烘焙，加上大顆紅豆與白豆餡的搭配，享用起來別具特色。

地址 奈良縣宇陀市榛原荻原2558
營業時間 8:30~19:00
網站 <https://www.shoucido.jp/>

電話 0745-82-0033
公休日 週日
信用卡 無法使用



吉野本葛 Map: p83 12

葛粉是萃取自葛根的澱粉。由於得來不易，葛粉又稱為白鑽石。葛粉稠度高，常用於製作麻糬和果凍等食品。營養價值相當高，可當作感冒藥。銷售據點以宇陀松山地區和宇陀市內的公路休息站為主。

標價均為含稅價（消費稅8%）。此為2017年1月的標價。實際售價可能會有所變動。

餐飲

名產素麵和蕎麥麵。

以下為您介紹由古宅改建而成的餐廳等充滿大和風情的餐飲選擇。



標價均為含稅價(消費稅8%)。此為2017年1月的標價。
實際售價可能會有所變動。

三輪、山邊地區



三輪山本 餐廳／素麵 Map: p80 X1

由創業300年老字號製造商直營的餐廳。
可在榮獲米其林指南奈良版中介紹的餐廳用餐，亦提供購物和素麵DIY體驗行程，
是可輕鬆享受觀光樂趣的素麵主題複合式設施。

費用	750~1,700日圓
電話	0744-43-6661
營業時間	11:00~15:30 (最後點餐時間)
信用卡	VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB、DC、銀聯

地址	奈良縣櫻井市著中880
網站	www.miwayama.co.jp
公休日	新年期間
Wi-Fi	有



三輪素麵茶屋 千壽亭／素麵 Map: p80 X2

由素麵製造商經營的餐廳。可在此享用美味的素麵，或是購買素麵商品。
米其林指南奈良版亦有介紹本店。

費用	540~2,808日圓
電話	0744-45-0626
營業時間	11:00~17:00
信用卡	VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB、DC

地址	奈良縣櫻井市芝293
網站	www.ikeri.co.jp/senjutei/
公休日	週五(國定假日正常營業 前一天公休)
Wi-Fi	無



福神堂／素麵 Map: p80 X3

大神社前的素麵店。參拜神社時務必順道品嚐。

費用	700~1,000日圓
電話	0744-42-6444
營業時間	10:00~16:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣櫻井市三輪1237-1
公休日	不定期公休
Wi-Fi	有



山藥飯 山和／日本料理 Map: p80 X4

以奈良縣產山藥為食材的「山藥飯」而聞名。

費用	850~1,950日圓
電話	0744-42-1066
營業時間	11:00~20:00 (售完即止)
信用卡	無法使用

地址	奈良縣櫻井市大字三輪648-3
網站	http://tororoyamato.com/
公休日	週三(國定假日正常營業)
Wi-Fi	有



大和佳境 (MAHOROBA)／蕎麥麵 Map: p80 X5

景行天皇陵附近的蕎麥麵店。
在山之邊道散步時，歡迎務必來此休憩。

費用	700~3,800日圓
電話	0743-67-1362
營業時間	週日及國定假日11:00~20:00 週一至週六11:00~15:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣天理市澀谷町399-1
公休日	週三、第3個週四
Wi-Fi	無

三輪、山邊地區



Melissa(メリッサ)／咖啡館 **Map: p79**

位於長岳寺以北不遠處，由古宅改建而成的咖啡館。
散步途中不妨來此稍事休息。

費用	360~1,500日圓
電話	080-3811-0161
營業時間	週末11:00~16:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣天理市中山町763
公休日	週一~週五
Wi-Fi	無



Le Reve(ルレーヴ)／法國料理 咖啡館 **Map: p79**

緊鄰石上神宮南側，是一家環繞在綠意中的餐廳。
店內相當寬敞，有著日式建築的外觀和西洋風格的室內裝潢，為您提供靜謐舒適的用餐休息空間。

費用	510~6,800日圓
電話	0743-63-6922
營業時間	8:00~16:30 17:30~22:00
信用卡	VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB

地址	奈良縣天理市袖之内町123
網站	http://www.lereve-t.com
公休日	週三(國定假日正常營業)
Wi-Fi	無



壽司割烹 立花(たちばな)／日本料理 壽司 **Map: p79**

備受當地鄉親喜愛的日本料理店。
店主每天都會前往市場採購，提供新鮮的海產料理和美酒。

費用	午餐1,000~3,500日圓 晚餐2,000~5,000日圓
電話	0744-32-5187
營業時間	11:30~14:00 17:00~22:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣磯城郡田原本町富本173-1
網站	http://www.nara-tachibana.com/
公休日	週三
Wi-Fi	有



搶鍋杉(ちゃんこ杉)／日本料理 搶鍋 **Map: p79**

本店提供的「搶鍋」是相撲力士常吃的料理，將大量肉類和蔬菜下鍋烹調而成。
店面開設在日式民宅裡，店裡擺設許多相撲力士的手印和照片，宛如置身相撲部屋一般。

費用	3,500~4,000日圓
電話	0745-44-0788
營業時間	11:30~13:30、17:00~22:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣磯城郡田原町西町結崎460
公休日	週四
Wi-Fi	無



喫茶 美空屋(みそら屋)／餐廳 咖啡館 **Map: p79**

本店由社會福祉法人經營。採用當季蔬菜為食材的「每日午餐」相當受到歡迎。
本店也在店面販售手工香腸等商品。

費用	500日圓
電話	0745-42-2919
營業時間	10:00~17:00 午餐12:00~14:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣磯城郡三宅町伴堂848-1
網站	http://himawarinoie.org/misoraya/
公休日	週末及國定假日
Wi-Fi	無

櫻井、多武峰地區



田舎茶屋 千恵／日本料理 懷石料理 **Map: p81**

本餐廳由古宅改建而成，相當富有情調。店內提供蔬菜料理等充滿日本鄉野風情的料理。
前米其林一星餐廳。有櫻井車站接送服務。本餐廳採預約制。

費用	午餐 4,860~7,020日圓 晚餐 8,100~14,580日圓
電話	0744-43-0247
營業時間	11:45~15:00 18:00~21:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣櫻井市高家350
網站	http://i-chie.jp/
公休日	不定期公休
Wi-Fi	無



味之風 西村(にしむら)／日本料理 懷石料理 **Map: p81**

本店佇立於鄰近櫻井車站的住宅區內，有10個吧台座位，宛如秘密基地一般。
米其林一星餐廳。本店頗受歡迎，請務必預約訂位。

費用	午餐 3,890~5,400日圓 晚餐 7,560~10,800日圓
電話	0744-42-7773
營業時間	11:30~ 13:30~ 18:00~19:30
信用卡	無法使用

地址	奈良縣櫻井市粟殿1023-3 住吉大廈 1F
公休日	週一
Wi-Fi	無



拉麵 一庵(らーめんいち庵)／拉麵 **Map: p81**

吸引來自全國各地的拉麵粉絲，位於櫻井市公所附近的拉麵店。推薦菜色是「雞白湯拉麵」。
本店拉麵湯頭為清爽類型。

費用	1,000日圓左右
電話	0744-45-1170
營業時間	[平日]11:30~14:15 18:00~隔日2:00 [週日、國定假日]11:30~14:15 18:00~24:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣櫻井市粟殿1014-3
網站	http://www.ramen-ichian.jp/
公休日	無
Wi-Fi	無



爛柯／御好燒 **Map: p81**

位於櫻井車站附近的御好燒老店。
煎餅鬆軟可口，再加上店家最講究的醬料，值得蒞臨品嚐。

費用	660~1,000日圓
電話	0744-42-0032
營業時間	11:00~22:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣櫻井市川合260-5
公休日	週二(國定假日正常營業)
Wi-Fi	無



濱鮎／壽司 **Map: p81**

緊鄰櫻井車站北側。
亦供應午餐。

費用	1,080~9,000日圓
電話	0744-45-2233
營業時間	11:30~21:30
信用卡	VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB

地址	奈良縣櫻井市川合257-5
公休日	週一(國定假日正常營業)
Wi-Fi	有



MAMAN / 蛋糕 咖啡館 **Map: p81** ✕16

備受當地鄉親青睞的蛋糕店。在大和地區有數家分店。總店內設有寬敞舒適的用餐空間。總店也販售自家烘焙的咖啡。車站北側的分店僅販售蛋糕。散步之餘歡迎務必蒞臨品嚐。

費用	400~950日圓
電話	總店 0744-45-3772 櫻井車站前店 0744-45-3440
營業時間	總店 9:00~19:00 櫻井車站前店 10:00~20:00 (週日至17:00打烊)
信用卡	無法使用

地址	總店 奈良縣櫻井市外山1040-1 櫻井車站前店 奈良縣櫻井市川合256-6
網站	http://www.maman1986.com/
公休日	總店 週二 櫻井車站前店 無
Wi-Fi	有

初瀨地區



長谷路 / 蕎麥麵 喫茶 和菓子 **Map: p82** ✕17

本店位於長谷寺的門前町。店面設在指定為文化財的建築裡，可享用蕎麥麵等日本料理或咖啡茶飲。

費用	1,080~1,350日圓
電話	0744-47-7047
營業時間	10:00~17:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣櫻井市初瀨857
網站	http://www5.kcn.ne.jp/~haseji21/
公休日	不定期公休
Wi-Fi	無



酢屋長 / 素麵 蕎麥麵 **Map: p82** ✕18

可享用素麵、蕎麥麵、艾草烏龍麵等麵食或咖啡茶飲等等。

費用	650~1,350日圓
電話	0744-47-7121
營業時間	9:00~17:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣櫻井市初瀨745-1
公休日	不定期公休
Wi-Fi	無



泊瀨長者亭 / 素麵 喫茶 **Map: p82** ✕19

可享用素麵等餐點或咖啡茶飲。這裡是宿場町諮詢中心，可在這裡取得各種觀光資訊。店內亦展示特產大和出雲人形。

費用	300~800日圓
電話	0744-57-9280
營業時間	9:00~16:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣櫻井市初瀨796
網站	http://hatsuse-no-mori.jpn.org/
公休日	不定期公休
Wi-Fi	有



笠蕎麥處(笠そば処) / 蕎麥麵 **Map: p82** ✕20

這間蕎麥麵店位於山頂，視野良好。本店採用笠地區當地採收的蕎麥作為食材，因此蕎麥麵新鮮美味。可參加蕎麥打穀體驗行程。

費用	470~950日圓
電話	0744-48-8410
營業時間	10:00~16:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣櫻井市笠4408
網站	http://kasasoba.com/
公休日	週三 (國定假日與28日正常營業)
Wi-Fi	無

宇陀地區



大願寺 / 藥草料理 **Map: p83** ✕21

本寺創設至今已超過1200年，歷史悠久，寺內提供精進料理(禪修料理)，以當地採收的藥草和吉野本葛為食材。享用精進料理，能讓身心煥然一新。須預約。

費用	3,800日圓
電話	0745-83-0325
營業時間	11:30~14:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣宇陀市大宇陀拾生736
網站	http://www11.plala.or.jp/mrfitfuls/daigangi.htm
公休日	不定期公休
Wi-Fi	無



Hilltoco Cafe(ヒルトコカフェ) / 藥草餐廳 **Map: p83** ✕22

本咖啡館由古宅改建而成，充滿開闊感。午餐食材使用本地採收的藥草和豐富的新鮮蔬菜，另有茶飲和點心等選擇。

費用	1,620~2,000日圓
電話	0745-88-9409
營業時間	11:00~16:00
信用卡	無法使用

地址	奈良縣宇陀市大宇陀中庄129
網站	http://www.terrace.co.jp/hilltoco/
公休日	週一、不定期公休
Wi-Fi	有



一如庵 / 蕎麥麵 精進料理 **Map: p83** ✕23

除了蕎麥麵之外，本店還提供精進料理。店舖以屋齡150年的山間古宅改建而成。榮獲米其林指南一星評價。可提供純素食。須預約。(用餐人數4名以上須於4天前提前訂位預約)

費用	1,080~5,400日圓
電話	0745-82-0053
營業時間	11:00~14:30 17:00~20:00 (須預約)
信用卡	無法使用

地址	奈良縣宇陀市榛原自明1362
公休日	週一、週二
Wi-Fi	無

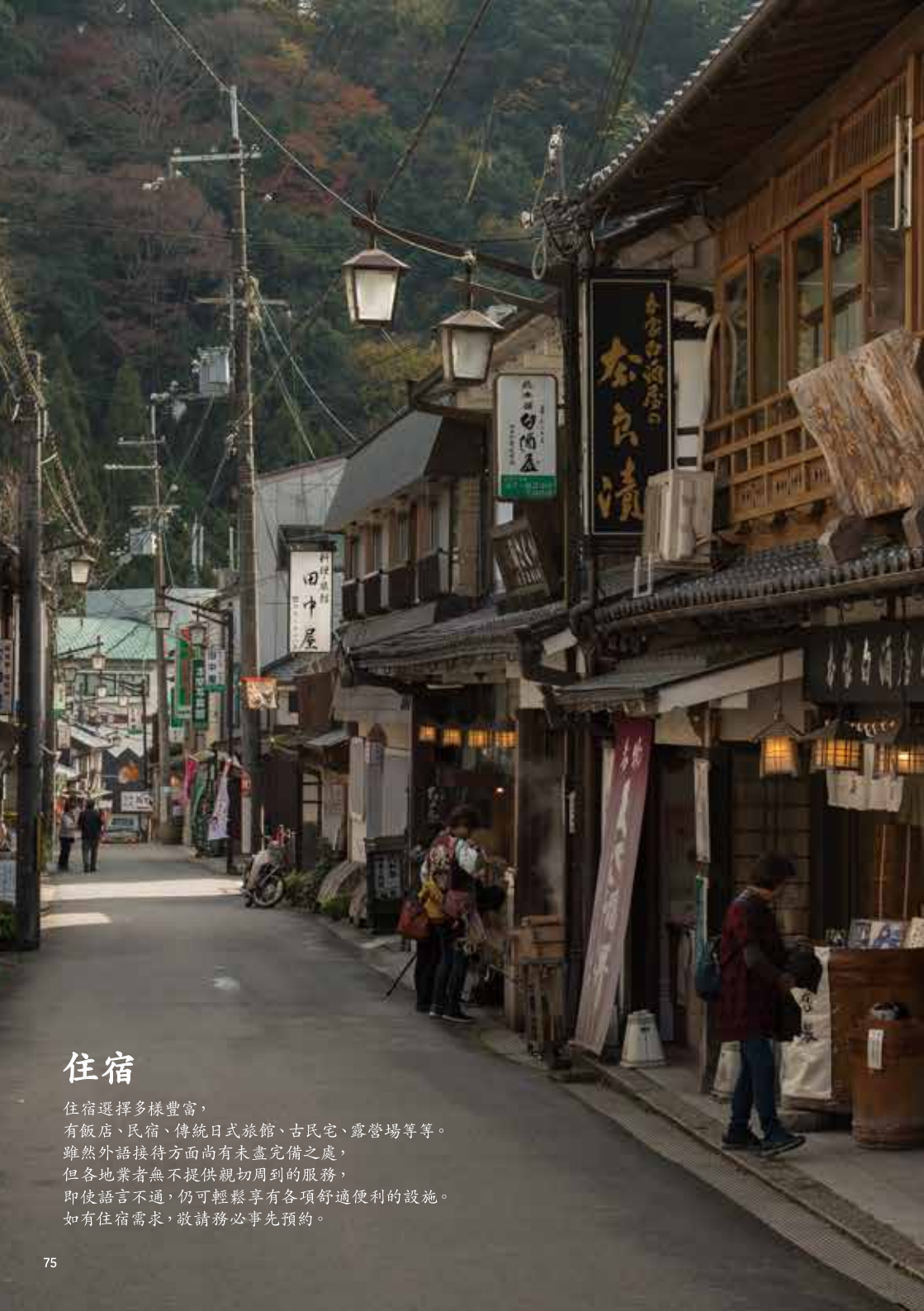


Pizzeria e Trattoria renone(ピッツェリアエトラットリアレノン) / 義大利料理 **Map: p84** ✕24

位於山裡的小巧義大利餐廳。在大自然的環抱下，享用正統風味的披薩。本店頗受歡迎，不少遊客專程驅車前來。

費用	1,500~2,000日圓
電話	0745-95-3303
營業時間	平日11:00~15:00 週末假日11:00~18:00 售完即止
信用卡	無法使用

地址	奈良縣宇陀郡御杖村神末168
網站	http://renone.jp/
公休日	週一、週二 (國定假日正常營業 隔日平日公休)
Wi-Fi	無



住宿

住宿選擇多樣豐富，有飯店、民宿、傳統日式旅館、古民宅、露營場等等。雖然外語接待方面尚有未盡完備之處，但各地業者無不提供親切周到的服務，即使語言不通，仍可輕鬆享有各項舒適便利的設施。如有住宿需求，敬請務必事先預約。

每1人的含稅價(消費稅8%)。此為2017年1月的標價。實際售價可能會有所變動。

三輪、山邊地區



大正樓／日式旅館 Map: p80 1

有著優美民宅與庭院的傳統日式旅館。館內提供採用奈良食材的料理。同時還可當作在大神社舉行婚禮後的婚宴場地。老闆和員工都非常親切，也能以英語溝通。

費用 6,480~16,200日圓
電話 0744-42-6003
信用卡 無法使用

地址 奈良縣櫻井市三輪459
網站 <http://www.taishoro.com/>
Wi-Fi 僅部分房間提供



小鎮民宿 MIMORO／民宿 Map: p80 2

由古宅改裝而成的民宿。共有3間客房，最多可容納10位房客，是一間小型民宿。老闆非常親切，可用英語溝通。

費用 5,400~9,720日圓
電話 0744-35-2705
信用卡 VISA、MASTER、AMEX

地址 奈良縣櫻井市三輪499-2
網站 <http://www.taishoro.com/>
Wi-Fi 有



小鎮民宿 三輪／民宿 Map: p80 3

由古宅改裝而成的民宿。旅人聚集於此，頗有居家氣氛。房型均為獨立客房，內附檜木浴池。歡迎可用日語溝通的旅客投宿。

費用 5,980~8,980日圓
電話 0744-43-0588
信用卡 無法使用

地址 奈良縣櫻井市三輪400
網站 <http://guesthouse-miwa.com/>
Wi-Fi 有



奈良廣場飯店(奈良プラザホテル)／飯店 Map: p80 4

榮獲米其林指南2017奈良3Pavilion評價。客房以現代和風為設計主軸，採用席夢思名床，室內寬敞舒適。房客可免費使用併設的奈良健康園地，盡情享受天然溫泉露天浴池等10種浴池。

費用 8,000~39,500日圓
電話 0743-64-1126
信用卡 VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB

地址 奈良縣天理市嘉幡町600-1
網站 <http://narakenkoland.net/>
Wi-Fi 房內均有

櫻井、多武峰地區



L'AUBERGE DE PLAISANCE 櫻井 Map: p81 5

座落在櫻井市郊田園風景中，是一間以餐廳為主的住宿設施。由在日本推廣法國餐廳的平松集團經營，提供使用奈良食材的料理與絕美風景，讓您獲得愜意舒適的休憩時光。也可以純粹享用美食。

費用 51,140~96,940日圓
電話 0744-49-0880
信用卡 VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB

地址 奈良縣櫻井市高家2217
網站 <http://www.hiramatsuhotels.com/plaisance-sakurai/>
Wi-Fi 有



多武峰觀光飯店／飯店 Map: p81 6

本飯店位於談山神社正對面。在群山圍繞的環境中，提供靜謐的住宿空間。

費用 9,072~12,960日圓
電話 0744-49-0111
信用卡 VISA、MASTER、AMEX、Diners、JCB、NICOS

地址 奈良縣櫻井市多武峰432
網站 <http://www.tounomine.com/>
Wi-Fi 僅大廳提供



大和健康酒店(ホテルウェルネス大和路)／飯店 Map: p81 ㊦ 7

位於寧靜的飛鳥近郊的飯店。提供租借自行車服務。

費用 8,400~21,900日圓
電話 0744-43-8606
信用卡 VISA・MASTER・AMEX・Diners・JCB・銀聯

地址 奈良縣櫻井市山田299-1
網站 <http://www.hotel-wellness.jp/yamatoji/>
Wi-Fi 僅大廳提供



迷你飯店 Sun Cherry(プチホテル サンチェリー) Map: p81 ㊦ 8

緊鄰櫻井車站，是一間家庭式小型飯店。提供法國料理套餐。亦提供純住宿方案。

費用 5,940~12,960日圓
電話 0744-43-5115
信用卡 無法使用

地址 奈良縣櫻井市櫻井203-4
網站 <http://www.adbest.net/sun.html>
Wi-Fi 無

初瀨地區



井谷屋／日式旅館 Map: p82 ㊦ 9

前來長谷寺參拜的旅客經常投宿的傳統日式旅館。附設溫泉設施。工作人員非常親切，可用英語溝通。

費用 11,880~18,360日圓
電話 0744-47-7012
信用卡 VISA・MASTER・Diners・JCB・NICOS

地址 奈良縣櫻井市初瀨828
網站 <http://www.itaniya.co.jp/>
Wi-Fi 僅別館提供



田中屋／日式旅館 Map: p82 ㊦ 10

位於長谷寺附近，是一間保持傳統風貌的日式旅館。手工芝麻豆腐風味極佳。也可以純粹享用美食。

費用 10,800~16,200日圓
電話 0744-47-7015
信用卡 無法使用

地址 奈良縣櫻井市初瀨748
網站 <http://www.hase-tanakaya.com/>
Wi-Fi 有

宇陀地區



笹百合庵(ささゆり庵)／古宅民宿 Map: p83 ㊦ 11

每天限定接待一組房客之豪華民宿。民宿建築為日本農村傳統的茅草屋頂古宅。從客房裡望出去，即可將梯田、室生赤目青山國家公園的群峰絕景一覽無遺。在此住宿的回憶，必定會成為您日本之旅中最精彩的部分。可英語溝通。

費用 14,000~30,000日圓/位(2人以上)
電話 0745-88-9402
信用卡 VISA・MASTER・AMEX・Diners・JCB・Toyota Card

地址 奈良縣宇陀市室生深野656
網站 <http://stayjapan.jp>
Wi-Fi 有



橋本屋／日式旅館 Map: p83 ㊦ 12

緊鄰室生寺太鼓橋的老字號日式旅館。攝影師土門拳常下榻於此，風光明媚，是許多著名的文化人非常喜愛的民宿。從客房望出去，可欣賞到朱紅色的太鼓橋和室生寺的四季美景。使用當地生產的新鮮食材烹調的野菜料理更是絕品。

費用 16,200日圓
電話 0745-93-2056
信用卡 無法使用

地址 奈良縣宇陀市室生800
網站 <http://www.hashimotoya-uda.jp/>
Wi-Fi 無



B&B 西峰(B&B にしみね)／B&B Map: p84 ㊦ 13

環繞在美麗田園風景中的B&B。料理美味、老闆很親切，是一間頗受外國遊客青睞的民宿。提供近鐵三本松車站接送服務(須預約)

費用 6,500~10,000日圓
電話 0745-92-2206
信用卡 無法使用

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



療養中心 美榛苑(保養センター 美榛苑)／飯店 Map: p83 ㊦ 14

本飯店擁有自來的美人湯，可充分享受泡湯後肌膚潤澤的美膚體驗。地理位置絕佳，適合當作觀光據點，並有往來近鐵大原線榛原車站的免費接送巴士。

費用 9,400~14,580日圓
電話 0745-82-1126
信用卡 VISA・MASTER・DC

地址 奈良縣宇陀市榛原福地255
網站 <http://www.qkamura-s.com/miharu/en/>
Wi-Fi 無法使用



椿壽莊／飯店 Map: p83 ㊦ 15

環繞在大宇陀的森林與泉水等壯麗大自然環境中的療養飯店。窗外就是一覽無遺的自然美景，還有無色透明的潤澤溫泉，讓您的心靈獲得充分的沉澱。

費用 5,076日圓(附早餐) 9,396日圓~15,876日圓(附晚餐和早餐)
電話 0745-83-1303
信用卡 無法使用

地址 奈良縣宇陀市大宇陀本郷267
網站 <http://www.chinijusou.jp/>
Wi-Fi 有



木治屋／古宅民宿 Map: p84 ㊦ 16

位於曾爾村，歷史超過130年的古宅民宿。

費用 9,180~10,800日圓
電話 0745-94-2551
信用卡 VISA・MASTER

地址 奈良縣宇陀郡曾爾村伊賀見2126-2
網站 <http://kijiyu-kominka.com/>
Wi-Fi 有



Sun Village 曾爾村(サンビレッジ曾爾)／露營場 Map: p84 ㊦ 17

環繞在大自然中的露營場。內有小木屋、平房民宿以及露營場。

費用 4,800~15,000日圓
電話 0745-94-2619
信用卡 VISA・MASTER

地址 奈良縣宇陀郡曾爾村今井911-1
網站 <http://www.soni-kogen.com/sun.html>
Wi-Fi 有



OMOYA 古宅民宿 Map: p84 ㊦ 18

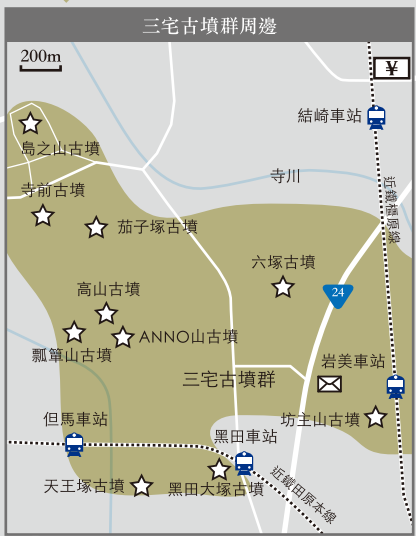
充滿居家風情的古宅民宿。是許多外國遊客的住宿選擇。割稻、砍柴、做拔薩等體驗活動也相當豐富。

費用 3,500~5,000日圓
電話 080-6923-2197
信用卡 無法使用

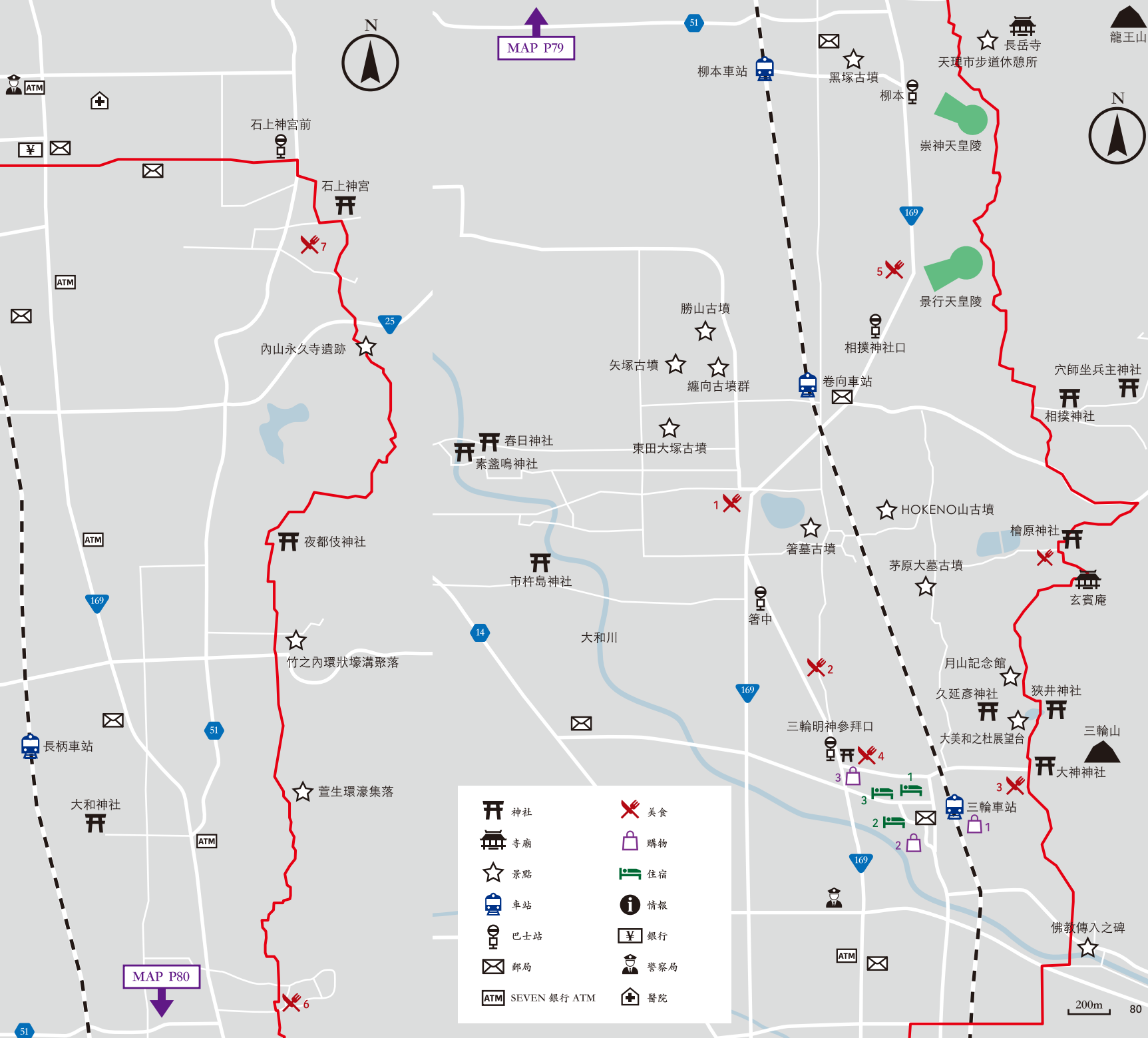
地址 奈良縣宇陀郡御杖村菅野2415
網站 <http://www.fukusan2415omoya.jp/>
Wi-Fi 有

三輪、山邊區域地圖

2017年1月為止的情報。有變更的可能性。



79 200m



MAP P79

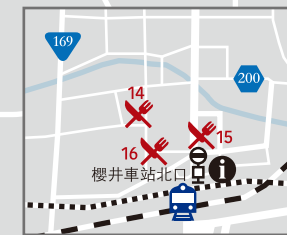
MAP P80

- | | | | |
|--|--------------|--|-----|
| | 神社 | | 美食 |
| | 寺廟 | | 購物 |
| | 景點 | | 住宿 |
| | 車站 | | 情報 |
| | 巴士站 | | 銀行 |
| | 郵局 | | 警察局 |
| | SEVEN 銀行 ATM | | 醫院 |

200m 80

櫻井、多武峰區域地圖

2017年1月為止的資訊。
有變更的可能性。



MAP P80



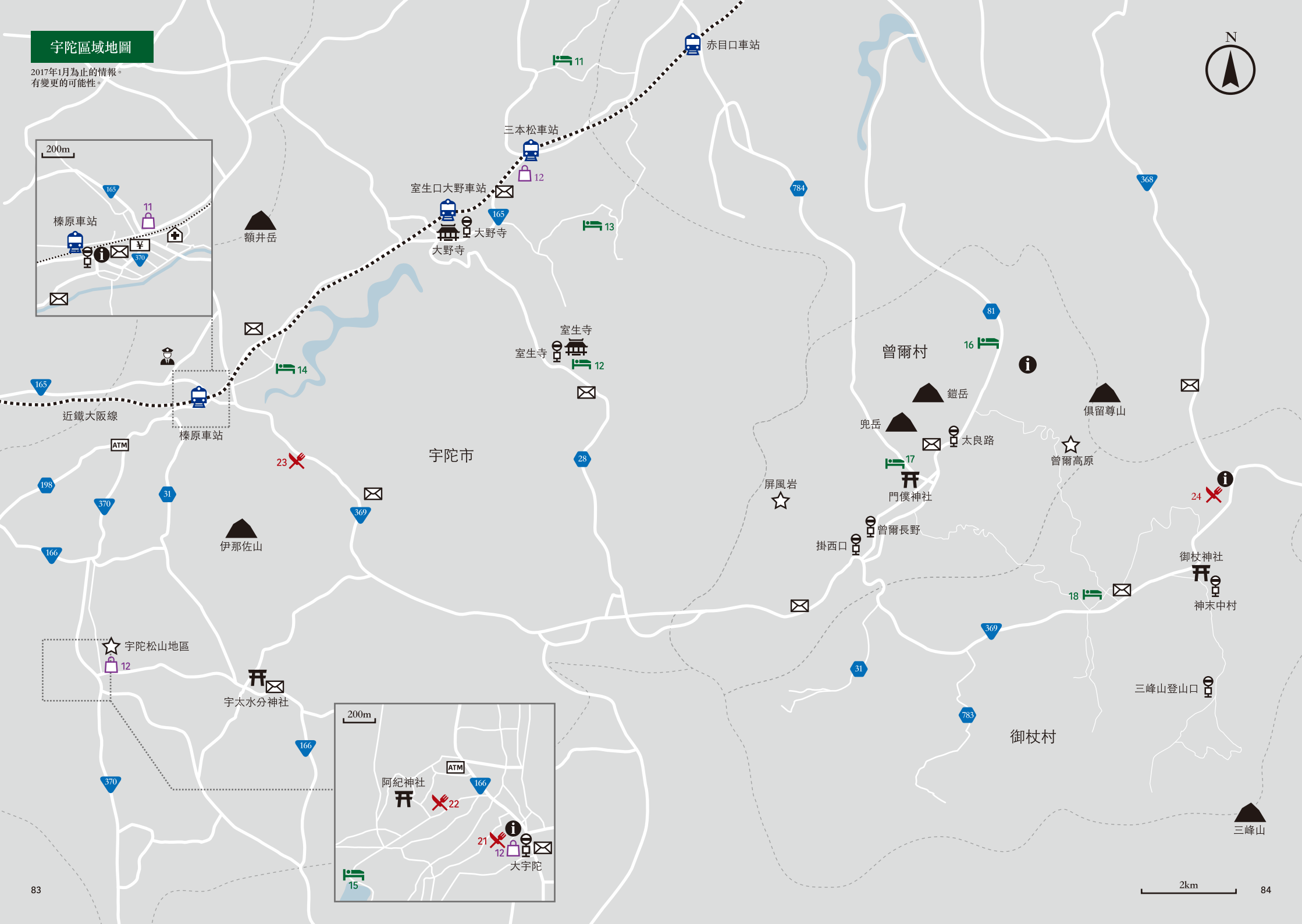
初瀬區域地圖

與喜山暖帶林



宇陀區域地圖

2017年1月為止的情報。
有變更的可能性。



旅遊技巧

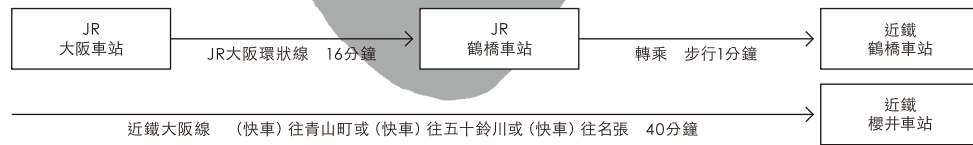
前往大和的交通方式

大和地區與京都、大阪、奈良等地之間往來便利，可規劃一日遊行程。世界遺產高野山和熊野、忍者村伊賀、名古屋等地亦可排進旅程中。以下為您介紹由各地前往大和之旅的起點櫻井的交通方式。

2017年1月為止的情報。有變更的可能性。

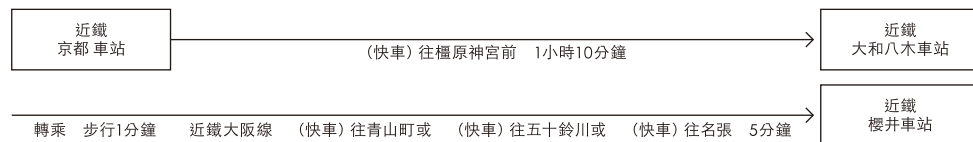


大阪 → 櫻井 車程 約1小時 車資800日圓



從大阪搭乘近鐵電車前往櫻井時，選擇搭乘快速快車或一般快車可縮短行車時間。特快車速度雖快，但不停靠櫻井車站。搭乘特快車需補差額。由於可能會坐過站，不建議搭乘。如果您選擇搭乘特快車，可於大和八木車站轉乘特快車以外的車輛前往櫻井。

京都 → 櫻井 車程 約1小時10分鐘 車資940日圓



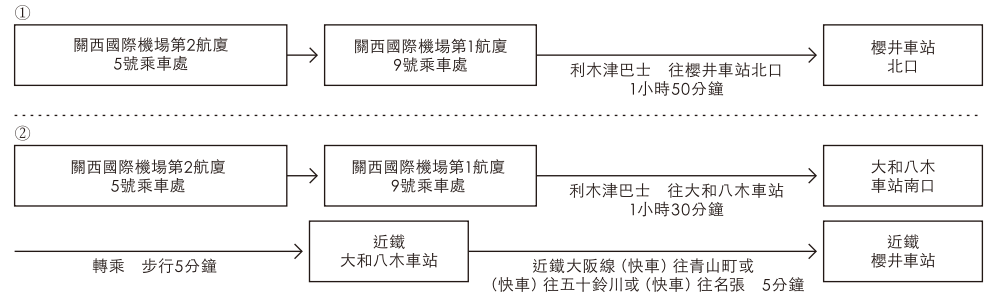
由京都前往時，可搭乘快車或特快車。快車約1小時。特快車約50分鐘，速度較快，但特快車票價需另補差額。

奈良 → 櫻井 車程 約30分鐘 車資320日圓



關西國際機場 → 櫻井 ① 車程 約1小時50分鐘 車資1,950日圓 ② 車程 約1小時40分鐘 車資2,160日圓

部分時段有開往櫻井的直達巴士可供搭乘(①)。如果時間無法配合，另有開往附近的大和八木車站的班次，歡迎多加利用(②)

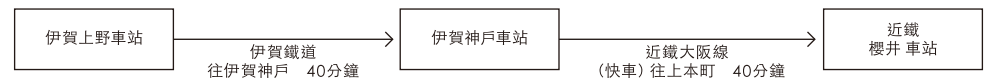


高野山 → 櫻井 車程 約2小時10分鐘 車資1,670日圓

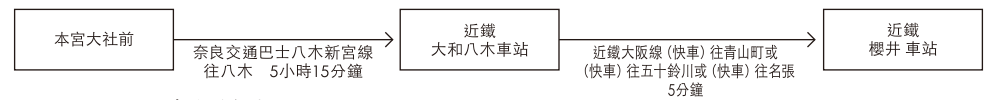


※JR班次較少。此外，轉乘時的候車時間可能會比較久。敬請特別留意。

伊賀上野 → 櫻井 車程 約1小時20分鐘 車資1,030日圓

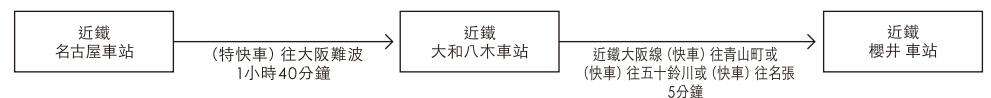


熊野 → 櫻井 車程 約5小時20分鐘 車資4,160日圓



巴士班次少，敬請特別留意。

名古屋 → 櫻井 車程 約1小時50分鐘 車資3,830日圓

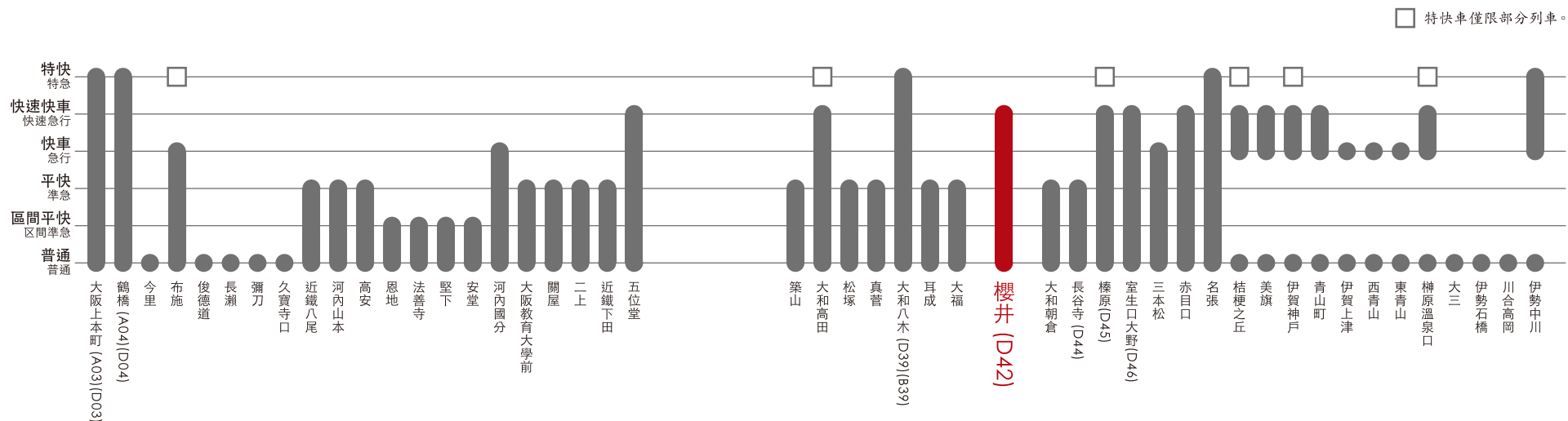


大和地區內的交通

電車

近鐵電車大阪線

行駛於大和地區東西之間。是大和地區內主要的交通工具。班次眾多。但車種分為特快車(特急)、快速快車(快速急行)、快車(急行)、平快(準急)、區間平快(區間準急)、普通這6種,敬請多加注意。請務必參考路線圖。從大阪前往櫻井時,選擇搭乘快速快車或一般快車可縮短行車時間。從櫻井往西前往長谷寺、宇陀地區等地時,由於距離不遠,搭乘任何車種的交通時間都不會有太大差別。



JR櫻井線

以大和地區為中心行駛於南北之間。連結奈良車站與大和高田車站。如需往來奈良與櫻井之間,或是前往三輪、山邊地區等地,即可利用本交通方式。上下班時段每30分鐘1班,其他時間約每1小時1班。幾乎全站皆停。

近鐵電車 京都線・橿原線

行駛於大和地區東部的南北之間。連結京都與位於櫻井市旁的橿原市橿原神宮。由京都前往時,可搭乘快車或特快車。快車約1小時。特快車約50分鐘,速度較快,但特快車票價需另補差額。

巴士

前往櫻井、多武峰地區、宇陀地區的景點時,以客運巴士為主要交通工具。班次不多,請務必注意時間安排。請務必參考各景點交通方式欄的說明。

計程車

如欲搭乘計程車,在各個電車車站均可招手。至於觀光景點或一般公路,計程車非常少見,如欲搭乘,建議您改以電話叫車的方式安排。

三輪、山邊地區／多武峰地區／初瀬地區

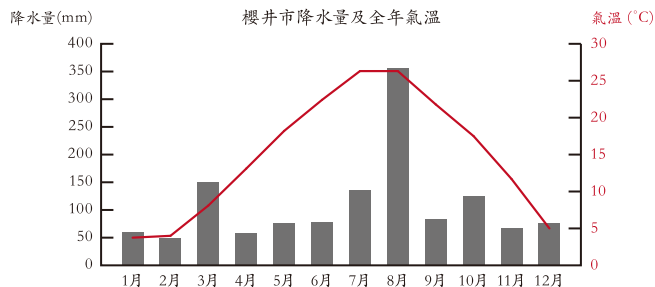
▶ 日之丸交通	電話	0744-42-3255
▶ 櫻井交通	電話	0744-42-6571
▶ 奈良近鐵計程車 東和營業所	電話	0743-63-1131
▶ 天理服部計程車	電話	0743-62-1666
▶ 長柄計程車	電話	0743-66-0088
▶ 西村計程車	電話	0744-32-2143
▶ 向日葵計程車	電話	0745-56-4188
▶ 富士計程車	電話	0744-32-2455
▶ 三宅交通	電話	0745-44-4000

宇陀地區

▶ 奈良近鐵計程車 宇陀營業所	電話	0745-82-0155
▶ 古宮計程車	電話	0745-84-2020
▶ 大手計程車	電話	0745-94-2040

氣溫

大致與京都、大阪相同。宇陀地區地勢較高，因此較為寒冷。



外幣兌換及ATM

南都銀行

以下商店提供外幣兌換服務。

▶ 櫻井分店	地址	奈良縣櫻井市櫻井281-4 (2018年起)	電話	0744-42-3355
	地址	奈良縣櫻井市櫻井1259 (至2017年12月)		
▶ 天理分店	地址	奈良縣天理市川原城町303-1	電話	0743-63-1811
▶ 結崎分店	地址	奈良縣磯城郡川西町結崎690-1	電話	0745-44-1881
▶ 田原本分店	地址	奈良縣磯城郡田原本町181-4	電話	0744-32-8081
▶ 榛原分店	地址	奈良縣宇陀市榛原萩原2439-6	電話	0745-82-1501

可兌換外幣：美元/歐元/加幣/澳幣/韓圓

※每一次兌換外幣金額上限為：500美元、500歐元、500加幣、500澳幣、500,000韓圓

營業時間 9:00 ~ 15:00

公休日 週末、國定假日

天理郵局

賣出：美元 歐元

買入：美元 歐元 人民幣 加幣 英鎊 韓圓 澳幣 瑞士法郎

※每1次交易上限為購買外幣（紙幣）時一次最高30萬日圓（換算為日圓）。

若為人民幣，則以日圓30萬或人民幣2萬為準，擇其金額較低者為上限。

地址 奈良縣天理市川原城町296-5

電話 0743-62-0804

營業時間 9:00~16:00

公休日 週末、國定假日

※如欲前往上述銀行及郵局兌換，均須出示護照等身分證件。

地圖上記載的ATM為SEVEN銀行和郵局的ATM

失物招領、意外事故、急難救助等

三輪、山邊地區 櫻井、多武峰地區 初瀨地區

▶ 櫻井警察署 地址 奈良縣櫻井市三輪49-1 電話 0744-46-0110

三輪、山邊地區

▶ 天理警察署 地址 奈良縣奈良縣天理市田部町22-4 電話 0743-62-0110

▶ 田原本警察廳舍 地址 奈良縣磯城郡田原本町新町24-1 電話 0744-33-0110

宇陀地區

▶ 宇陀警察廳舍 地址 奈良縣宇陀市榛原萩原1953-1 電話 0745-82-0110

生病、受傷等

三輪、山邊地區 櫻井、多武峰地區 初瀨地區

▶ 濟生會中和醫院 地址 奈良縣櫻井市阿部323 電話 0744-43-5001

三輪、山邊地區

▶ 天理萬語詢所醫院(憩之家) 地址 奈良縣天理市三島町200 電話 0743-63-5611

▶ 國保中央醫院 地址 奈良縣磯城郡田原本町宮古404-1 電話 0744-32-8800

宇陀地區

▶ 宇陀市立醫院 地址 奈良縣宇陀市榛原萩原815 電話 0745-82-0381

資訊中心

櫻井、多武峰地區

▶ 櫻井觀光服務處
地址 近鐵櫻井車站內
電話 0744-44-2377 營業時間 8:30~17:00 公休日 12/29~1/3

三輪、山邊地區

▶ 天理市步道休憩所
地址 奈良縣天理市柳本町577-1
電話 0743-67-3810 營業時間 8:30~17:00 公休日 不定期公休

▶ 田原本町觀光協會 觀光服務站「磯城之里」
地址 奈良縣磯城郡田原本町193 (近鐵田原本車站東側剪票口外側附近)
電話 0744-33-4560 營業時間 9:00~16:00 公休日 週二 12/29~1/3

初瀨地區

▶ 初瀨觀光中心
地址 奈良縣櫻井市初瀨1593-2
電話 0744-44-3331 營業時間 8:30~17:00 公休日 週二、週三 12/29~1/3

宇陀地區

▶ 宇陀市觀光服務處 宇陀觀處
地址 奈良縣宇陀市榛原萩原2427
電話 0745-88-9049 營業時間 9:00~17:00 公休日 新年期間

▶ 公路休息站 宇陀路大字陀 阿騎野宿
地址 奈良縣宇陀市大字陀拾生714-1
電話 0745-83-0051 營業時間 9:00~19:00 公休日 新年期間

▶ 御杖村觀光服務處
地址 奈良縣宇陀郡御杖村神末6330 公路休息站「伊勢本街道 御杖」內
電話 0745-95-6126 營業時間 10:00~16:00 公休日 週二

關於本手冊內容的客服聯絡方式

▶ 櫻井市公所 觀光發展課
地址 奈良縣櫻井市大字432-1
電話 0744-48-3110 營業時間 8:30~17:15 公休日 週末、國定假日
網站 <http://www.city.sakurai.lg.jp/sosiki/soumu/soumuka/Englishpage/> 電子信箱 kanko@city.sakurai.lg.jp

發行人：櫻井市 2017年3月發行