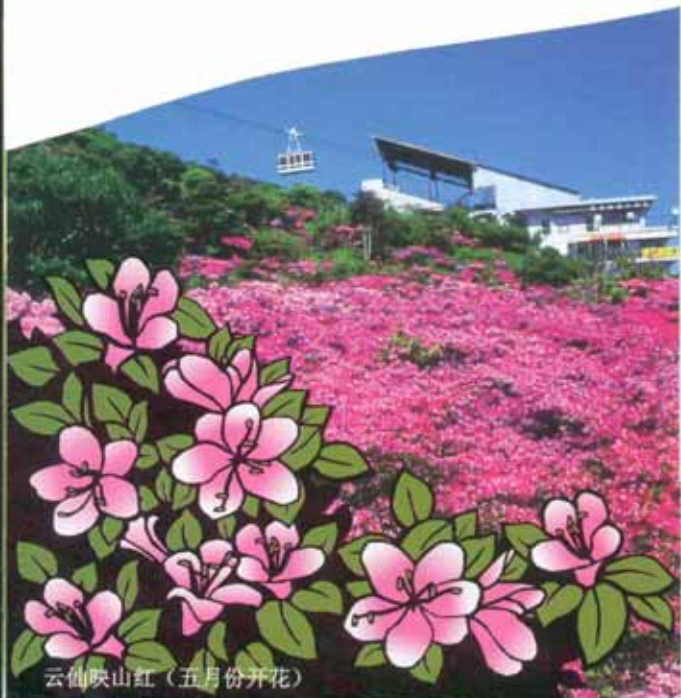
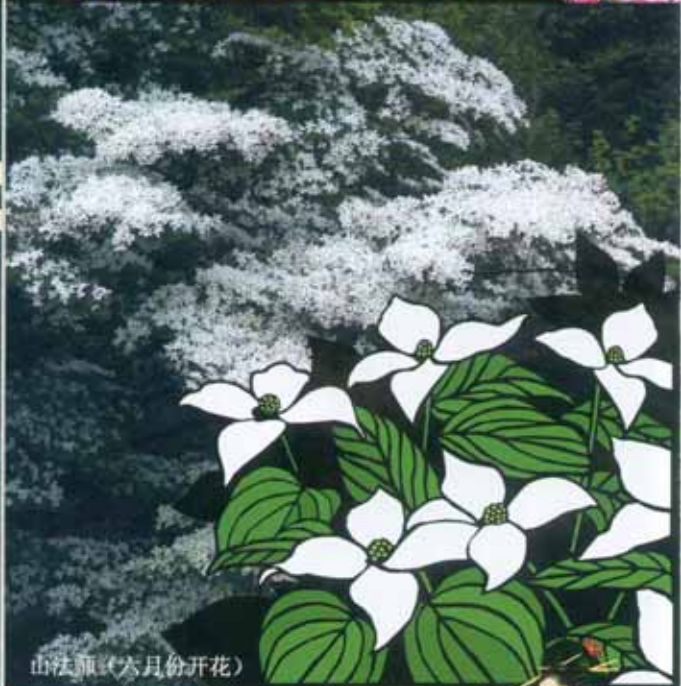


Nagasaki Unzen City Guide Book

长崎县岛原半岛上
云仙山岳高高耸立。
延展在两侧的云仙市，
作为日本最初的休养地日益繁荣
兴盛，现在依然使更多的人为她陶醉。



云仙映山红（五月份开花）



山法蓮（六月份开花）

云仙市观光协议会
(云仙市观光商工部观光科)

邮编859-1107 云仙市吾妻町牛口名714

TEL 0957-38-3111

FAX 0957-38-3109

e-mail kanko@city.unzen.nagasaki.jp



主要观光线路



云仙市的精彩之处

1. 仁田山巅展望台

从仁田山巅的停车场乘坐云仙缆车，可以轻松的上海拔1330米的妙见山岳。从海拔1300米的上空可以饱享形形色色的美景，春天的九州杜鹃，夏天的新绿，秋天的红叶，冬天的雾冰。



3. 小滨温泉蒸汽

海岸边飘着数根温泉蒸汽的温泉街道。涌出的温泉温度在全国也是高温度，源泉多达30多处。可以同时感受到大海的恬静气氛和温泉情绪。



5. 梯田

利用丘陵地貌建造的田园。特别是梯田插秧以后，美丽的绿色和年久的石堆相映成趣，是让人怀念的日本旧风景。在南串山和千千石町可以看到。



2. 云仙地狱

只有在弥漫着硫磺气味的温泉才可以体会到的景色。这一带被白色硝烟所笼罩，沉浸在幻想的气氛中。



4. 小滨的夕阳

夕阳将波平浪静的橘海湾渲染成深红色。这是小滨具有代表性的景观，紧紧抓住访客的眼球和心灵，无不被这美丽景象所感动。从面向橘海湾的各旅馆的露天浴场里，可以尽情享受这自古至今不变的夕阳绝景。



6. 千千石断层

从吾妻山岳到千千石海岸，绵延持续15公里的是恬静的橘海湾和生机勃勃的断层。断层最高处达300米，不由得为这雄伟的地球造型所感动。在断层50米下的海岸上漫步，更加可以感受到她的雄伟。



GOLF

冲着广阔的天空一挥到底。在享受美景的同时享受高尔夫球带来的快乐。



7. 云仙高尔夫球场（小滨町云仙）

曾经是外国客人的避暑胜地，深受人们喜爱的云仙，在1913年开设了日本第一个公众球场。这个有历史渊源的球场，规模也比较大，再加上云仙山岳雄伟的景色，在高尔夫球爱好者中很受欢迎。

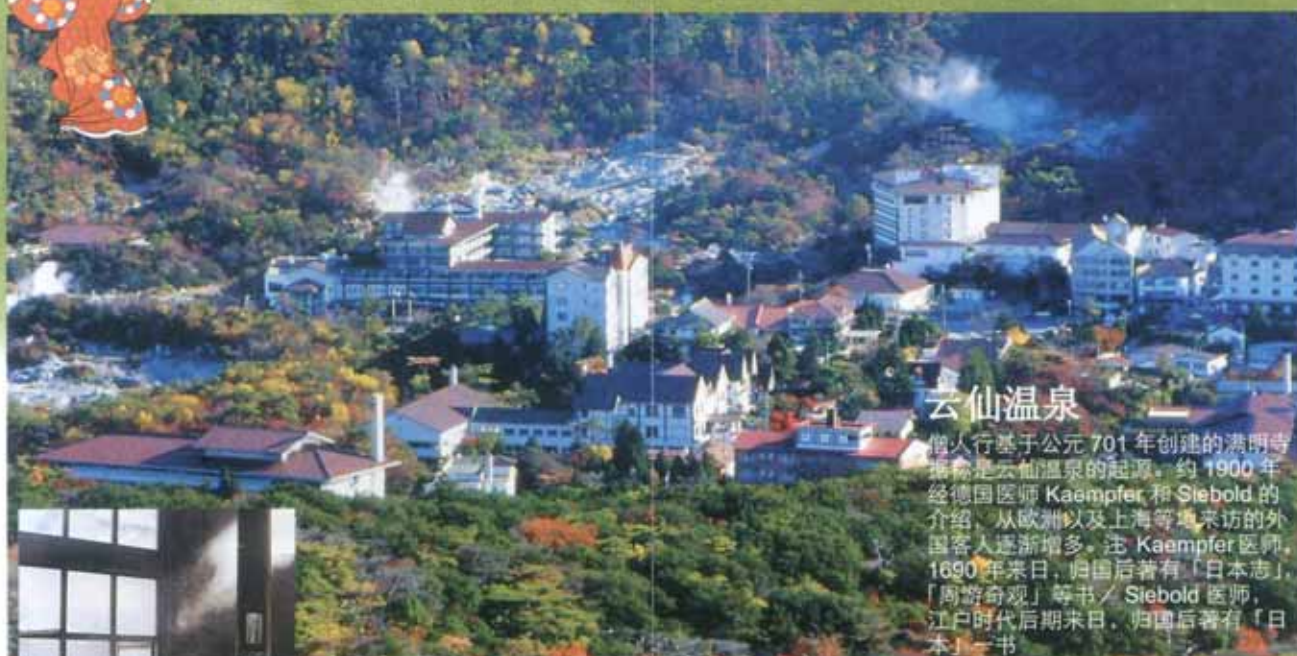


8. 爱野乡村俱乐部

此球场位于岛原半岛的平缓丘陵地带，由杉本英世职业选手设计，监制而成。各洞果岭和沙地的配置富有个性，可以充分享受高尔夫球的乐趣。

云仙温泉

云仙温泉是明治时期作为外国客人的避暑胜地而开设的国际性的旅游地区。



云仙温泉

僧人行基于公元701年创建的满明寺被认为是云仙温泉的起源。约1900年经德国医师Kaempfer和Siebold的介绍，从欧洲以及上海等地来访的外国客人逐渐增多。注Kaempfer医师，1690年来日，归国后著有「日本志」、「周游奇观」等书。Siebold医师，江户时代后期来日，归国后著有「日本」一书。

小地狱温泉馆

于1750年左右开始的历史悠久的温泉。涌出的源泉直接利用，含有硫磺成分的乳白色温泉，以美肌润肤而闻名。



这里是云仙温泉观光的据点

云仙观光协会

融入在云仙国立公园街道中的一座引人注目的山中木屋既是观光咨询服务中心。这里是云仙的综合观光向导讯处，从住宿，到集会活动的介绍等等，在这里可以得到各种各样的有帮助的情报。

云仙观光咨询服务中心
9:00-17:00 tel 0957-73-3434
<http://www.unzen.org/>



云仙地狱

云仙地狱是云仙地区具有代表性的旅游名胜。空气中弥漫着硫磺的香气，从地底喷出的蒸汽和热气覆盖着地面，这种光景简直就像在地狱里一样。这里也曾经是基督教殉教的舞台，并在此建有殉职碑。约有30多条地狱巡回路线，步行道路已经整修完善，巡回观赏时间大约需用30分钟左右。在沿途有出售温泉鸡蛋·利用地狱蒸汽而蒸熟的名产。

云仙市的土特产

作为土特产最为适合的温泉地区名牌糕点等云仙市特有的土特产品介绍



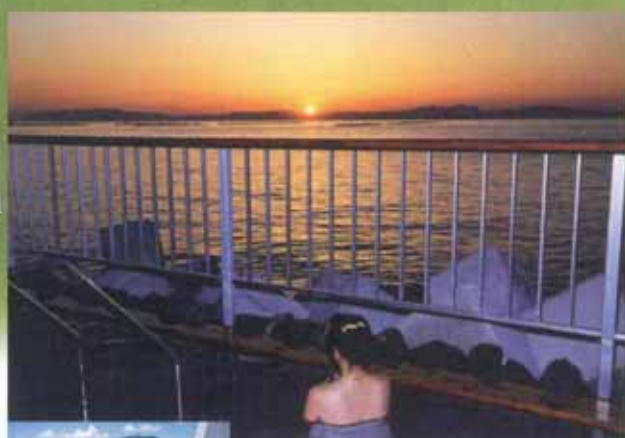
温泉煎饼

1891年在小滨温泉诞生的糕点·温泉煎饼。在冷却后的温泉水中加上砂糖，小麦粉，鸡蛋，混合后手工烧制而成。温泉中富含的盐分是诱出甜味的关键，味道纯朴。

国见山岳
1,347米

小滨温泉

面临橘海湾的小滨温泉以高温温泉和丰富的温泉涌量而闻名。



小海上露天浴场波之汤・茜

稍稍离开温泉街，在防波堤外修建的共同浴场。临海而建的露天浴场前面是一望无际，波平浪静的橘海湾，因和海面几乎没有差别，所以可以体会到和海水的一体感是这里的最大魅力。在日光照射下的景色当然也很美丽，特别推荐在夕阳西下时分入浴，你一定会陶醉在千变万化的夕阳美景之中。

这里是小滨温泉观光的据点

小滨温泉观光协会

具有欧洲风格外观，俏丽的观光咨询服务中心。同时又是小滨湾域的海滨休养地的据点，酒店住宿，观光等等，这里有关于小滨温泉街的丰富多彩的情报！到小滨后一定要去看看。



橘海湾海洋中心 9:00-17:00 tel 0957-74-2672

<http://www.obama.ne.jp/kanko/>

小滨温泉

是在日本古书「肥前风土记」(713年)中有历史记载的温泉。日本的俳句代表名人斋藤茂吉，种田山头火等被小滨的美景所感动，留下了很多有名的俳句。



温泉柠檬水和玻璃杯

因为云仙作为日本最初的国立公园，吸引了无数外国客人，所以用云仙自然天然水制作了海外客人喜欢的「温泉柠檬水」。空瓶再利用制作的环保玻璃杯和玻璃制品也深受大家的欢迎。



日本酒

日本酒是用米经发酵后制作的日本特有的酒。酒精度数平均14度到19度。在云仙市制作的日本酒也有很多。(在当地制作的酒被称为地酒。)

妙见山岳
1,333米

品尝云仙的美味

云仙市的历史和水土孕育了种种美味。



温泉鸡蛋

温泉鸡蛋是利用不断喷涌的温泉蒸汽所蒸熟的。从富有弹性的蛋白中飘来淡淡的硫磺幽香。在云仙温泉·小滨温泉可以品尝到。



多比良梭子蟹

多比良梭子蟹是梭子蟹的一种。因在国见町多比良港湾捕获的梭子蟹，所以引用当地的地名被亲切的称作 TAIRAGANE，蟹肉结实而且味道浓厚，一直深受大家的喜爱，一年中无论何时都可以品尝到。

云仙出发

食文化的世界遗产

云仙的球状雪菜·咸腌橘海湾产沙丁鱼被慢餐协会（本都在意大利）推进的「美味之方舟」计划活动所登录。此计划目的是为保护一些濒临灭绝的稀有食材。



云仙球状雪菜

油菜科的一种，叶柄部分有突起，是一种少有的蔬菜。1947年前后开始种植，是云仙市吾妻町产稀少的地方蔬菜。「咔嚓」，吃起来口感很清脆，适用于沙拉、炒菜、浅腌咸菜。



咸腌橘海湾产沙丁鱼

咸腌橘海湾产沙丁鱼，这种沙丁鱼在当地被叫作「ETARI」，是橘海湾的一种硬嘴沙丁鱼。将沙丁鱼用盐，大石头，稻草腌上使其发酵，是地方传统食品。



日本茶

日本的茶叶是1191年宋朝时期从中国传到日本。云仙市的云仙茶很有名气，以清爽的香气和典雅的苦味为特点。



干物

所谓干物就是鱼类煮熟后晒干。有沙丁鱼、鰯鱼、飞鱼等各种各样的种类。干物在日本料理中被提取浓汁，用于酱汁和日式煮菜中提鲜味。

普贤山岳
1,359米

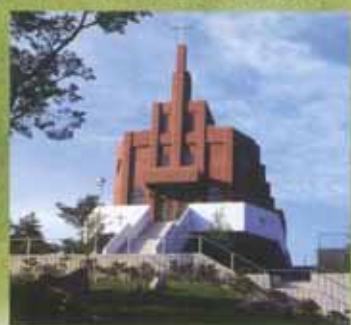
平成新山
1,483米

仁田山巔
1,100米



访历史巡史迹

长崎有着悠久的历史传留至今的史迹也很多，可以体会到她独特的文化。



天主教云仙教会

1981年为赞美云仙殉教者的灵魂，同时为纪念罗马法王访问长崎而建立的教会。教会建立在被自然景色包围的高台上，在绚丽的彩色玻璃当中，经常可以看到举行婚礼仪式的新人。（天主教云仙教会 TEL0957-73-2561）

国见町历史文化公园锅岛宅邸（国家级重要传统建筑物群保护地区）

佐贺锅岛藩神代领领主·锅岛氏之，有历史感观的锅岛兵营遗迹。神代小路作为锅岛兵营遗迹的中心，被选定为国家级重要传统建筑物群保护地区，这个美丽的街道就好像时间停止了一样被完好地保存了下来。正面是元禄时代建立的被指定为市文化财产的长屋门和30米长的石屏，威风凛凛的竖立于此，周围是流淌着清澈水流的水路，修护整齐的垣墙，和遍布四处的趣味横生的家屋，即使是现在也可以体会到江户情绪。穿过大门是枯山水式庭院，一直延续到鹤龟城的二之丸，现在可以参观庭院部。



千千石 弥解留像

1582年和原马尔奇诺，中浦寿里安，伊东满所一起作为“切支丹大名”的使者被派遣到罗马法王处，史称“天正遣欧使节”，千千石清左卫门

即千千石弥解留。为日欧交往作出了伟业，特建像以纪念。



淡岛神社

1812年建立。这里的小鸟居非常有名气，共有三个，据说只要通过这三个，就可以安全分娩。最小的鸟居的缝隙只有27公分高。



岩户神社

拥有岩户水源的森林中古杉在静静的矗立着，一边听着瀑布流水滑落的声音，一边往前走，就可以看到深藏在里边的岩户神社。神社境内被超过300年树龄的柏树、杉树所包围，笼罩着寂静而神秘的气氛。



小滨町历史资料馆

筑160年本多汤太夫の宅邸遗迹作为历史遗产保存的同时，介绍小滨町的历史，交通，温泉的特色以及小滨町的精彩之处。在区域里有「武士小屋」「足底温泉」等观光设施。穿着浴衣就可以轻松的接触到小滨温泉历史。



海藻类

处在海边的云仙市是新鲜海藻类的宝库。因含有丰富的天然矿物质并且是低热量食品而受到很高的评价。有裙带菜，海藻笋，羊栖菜等等，酒在米饭上的调味食品也非常受欢迎。



云仙陶瓷器

最大的特点是使用100%的火山灰烧制而成的陶瓷器，云仙陶瓷器具有独特的斑纹，其中以「窑变油滴天目」最为珍贵。

云仙市的风景·四季

Spring
(3月-5月)

1. 橘神社的樱花
2. 全九州烟火师竞技大会
3. 县立百花台公园
4. 绿色隧道



Autumn
(9月-11月)

9. 橘海湾的夕阳
10. 爱野展望台
11. 红叶
12. 农村公园水车之乡

Summer
(6月-8月)

5. 瑞穗森林公园的宿营场
6. 国崎半岛自然公园
7. 梯田 (千千石和南串山)
8. 百妻家乡牧场



Winter
(12月-2月)

13. 雪中露天浴场
14. 云仙雾冰
15. 云仙雾冰冠节
16. 橘神社的门松

手工制作木屐

日本的传统鞋类。由熟练的手艺人靠经验和感觉制作而成。现在在日本由木材开始到成品可以全过程制作出来的艺人越来越少，所以是稀少并且价值高的商品。

女主人的化妆水和肥皂

本地的女主人研究设计的化妆水和肥皂，富含温泉矿物质，适用于敏感皮肤和干燥皮肤。可以渗透皮肤深层，恰到好处的滋润，使肌肤长久保持健康的状态。

住宿设施称之为「旅馆」。日本的旅馆起源于奈良时代提供食宿的「旅龙」，供商人们利用。另外还有，在制度下发展起来的通常称作「本阵」的住宿设施。现基础上演变而成的。

浴，穿上宽敞舒适的浴衣在榻榻米和室里休闲渡过等具有代表性的生活习惯。



■ 浴衣的着衣方法

浴衣也是和服的一种，在江户时代是庶民喜爱的一种衣服。在旅馆里住宿时用浴衣取代睡衣的旅馆是大多数，这也是日本特有的习俗。另外还有穿着浴衣散步的习俗。寒冷的时候有外套罩在外边，被称作丹前。



1. 用手通过袖管，将浴衣穿上。



2. 先将右侧部分包上身体，再将左侧包上。



3. 在腰部调整长度后用带子系上。(如果过长在腰部折叠后系上带子)



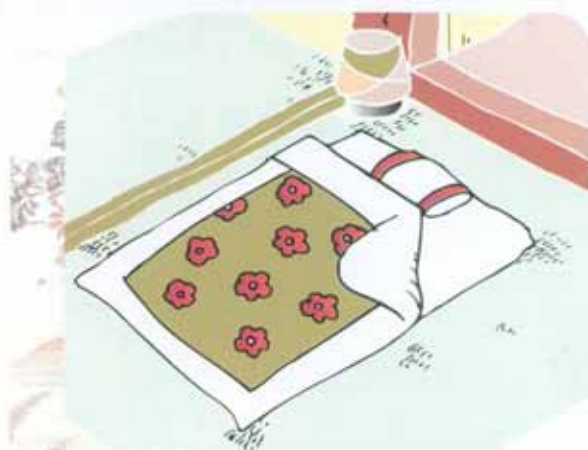
4. 将结扣挪放到旁侧或后腰部。



5. 确认长度是否容易走路，完成穿衣。

※这里的浴衣·浴衣外套是出租的。

■ 被褥的使用方法



在榻榻米上铺被褥子就寝。先将褥子铺上，再在上面铺上床单。（床单是每天都更换的，保持清洁状态。）然后将暖暖的被子盖在身上就可以就寝了。请将头放在枕头上。寒冷的时候，还可以提供毛毯。一般的旅馆都是工作人员铺被褥。也是工作人员将被褥收拾起来。

和式洗手间的使用方法

现在很多旅馆都是洋式（坐式）厕所，还有一些旅馆是只有日本才有的和式（蹲式）厕所。多数旅馆的洗手间在房间内，也有的旅馆在房间外边，请向旅馆确认。



〈使用方法〉

请不要坐在便器上，朝有兜头方向蹲下。（腰部要保持悬浮状态。）大多数的旅馆在洗手间内放有拖鞋，请穿上洗手间专用拖鞋后使用洗手间。还有，请使用旅馆准备的卫生纸。使用后请一定记住冲洗。

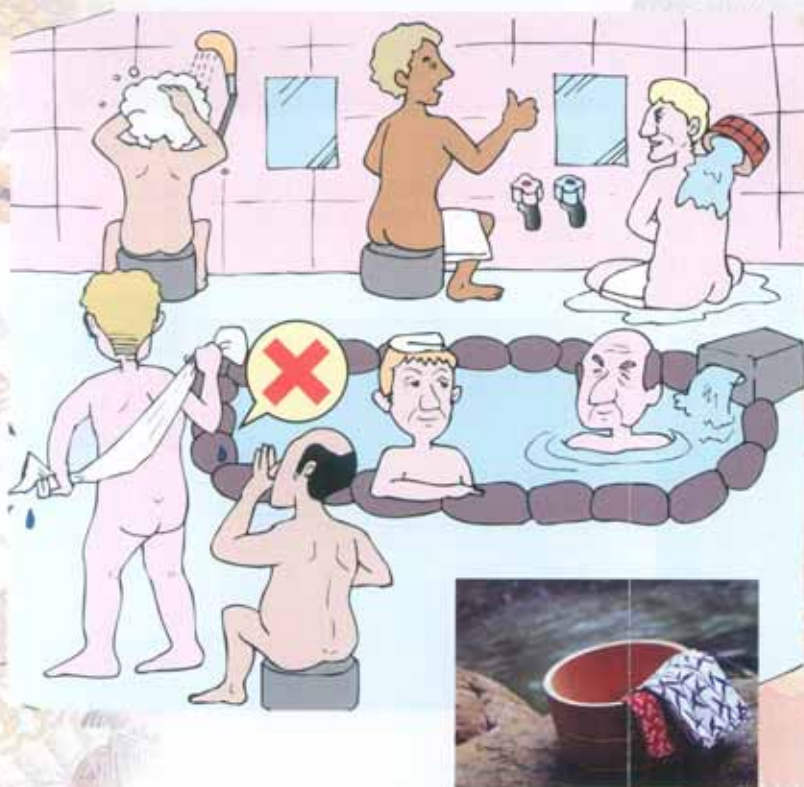
学习日本文化



在日本人们把带有良好的古老文化艺术和风俗习惯的传统式(710-784年)。随着时代的变迁,到了江户时代又出现了地方「大名」离开家乡前往江户履行「参勤交代」义务。在日本旅馆就是在通过这两种不同特征的住宿设施。在旅馆里人们可以体验到在大浴池或在露天浴池里日本人较为喜爱的生活方式。在这里我们介绍几种具

公共浴池的入浴方法

日本人喜好泡澡,在旅馆和温泉地区基本上都有男女分别使用的大浴场。因和他人一起入浴,所以要遵守几项规定。



1. 入浴槽之前
在进入浴槽之前要先用热水冲洗。(在日本称作かけ汤,意为撩水)用桶从浴槽里舀出热水浇在身上,或用淋浴简单冲洗后入浴。
2. 入浴槽后将热水浸到肩部。
温度过热时要时常从热水中出来冷却一下身体。
3. 在浴槽外冲洗身体。
再次进入浴槽时一定要将身体上的肥皂等液体冲洗干净。
4. 结束时,去更衣处之前
用事先拿来的毛巾将身体简单擦拭。

※注意事项

- 各个旅馆和温泉设施的浴场入浴时间不同,请确认时间。
- 请不要拔出浴槽内的栓塞。
- 请不要在浴槽内洗身体,也不要浴槽内使用肥皂,香波等。
- 请不要将毛巾放入浴槽。
- 在用淋浴冲洗身体时请注意不要将水溅在他人身上。



在旅馆的使用方法

旅馆是日本的传统住宿设施,可能有很多地方海外客人使用不习惯,在这里做几点说明。

馆内

在去日本人家做客时一定是在玄关处脱鞋子以后进入家中。所以请注意在旅馆也是一样,要在玄关处脱鞋子以后进入馆内。

客室(和室)

铺满有榻榻米的房间被称作和室。根据榻榻米的张数决定屋子的大小,榻榻米的张数越多,屋子就越大。

在榻榻米的房间当然不可以穿鞋进入,就是拖鞋也不可以。请赤脚或者穿着袜子在榻榻米上休息。



Nagasaki Unzen City MAP



●飞机

东京 1小时50分钟
 名古屋 1小时25分钟
 大阪 1小时10分钟
 宫崎 40分钟
 鹿儿岛 35分钟
 冲绳 1小时30分钟

长崎机场

长途汽车

云仙市

○长途汽车

福岡 高速长途汽车2小时
 长崎 长途汽车1小时
 长崎 长途汽车1小时10分钟

諫早

长途汽车

云仙市

○铁路 (JR)

东京 新干线5小时
 大阪 新干线2小时20分钟

博多

特快

1小时30分钟

諫早

长途汽车

50分钟

云仙市

长崎县云仙市

