

# みりょくてき とやまけん 魅力的な富山県 魅力富山县

文：富山县 译：赵宏、李朋锟

とやまけん ほんしゅう ちゅうおう いち にほんかい めん  
富山県は本州のほぼ中央に位置し、日本海に面して  
います。面積は約4000 km<sup>2</sup>、人口は約104万人です。

ひょうこう きゅう たてやまれんぼう すいしん とやまわん  
標高3000 m級の立山連峰から水深1000 mの富山湾  
まで、高低差4000 mにもおよぶダイナミックな地形を  
有しています。

富山县大致位于日本本州中部，面向日本海。总面  
积约为4000平方千米，人口约104万。

从海拔约3000米的立山连峰到水深1000米的富山  
湾，富山县地形高低差4000米，极富变化。



# しき 四季のみどころ

はる  
春

# 美遍四季

春季

## ゆき おおたに 雪の大谷

はる うんじょう ぜっけい  
春の雲上の絶景といえば、ゆき かべ たか  
雪の壁が高さ20mにも  
せま たてやまくろ べ  
迫る立山黒部アルペンルートの「雪の大谷」。世界  
じゅう ちゅうもく あつ かんこうきやく かんせい ひび にん き  
中から注目を集め、観光客の歓声が響く人気ス  
ポットで、ねん がつ にち がつ にち けんがく  
2021年は4月15日から6月22日まで見学が  
かのう  
可能となっています。たてやまくろ べ  
立山黒部アルペンルートは、  
の つ ひょうこう  
ケーブルカー、ロープウェイなどを乗り継ぎ、標高  
きゅう きた つらぬ おうだん せ かいでき さん  
3000m級の北アルプスを貫いて横断する世界的な山  
がくかんこう  
岳観光ルートです。

## 大雪谷

提起云端之上最壮丽的春景，当属立山黒部阿尔卑斯山脉路线上高达20米的雪墙“大雪谷”。“大雪谷”是备受世界各地游客瞩目的人气观光地，这里充满了游客的欢声笑语。预计2021年开放时间为4月15日至6月22日。立山黒部阿尔卑斯山脉路线是一条世界闻名的山岳观光路线，可以通过换乘缆车、索道等交通工具，穿越海拔3000米的北阿尔卑斯山。



## となみチューリップフェア

毎年ゴールデンウィークに合わせて開催されるのが  
となみ市の「となみチューリップフェア」。国内最大の  
チューリップフェアで、700品種、300万本のチューリップ  
が咲き誇ります。富山県を代表する観光地である立山  
黒部アルペンルートの「雪の大谷」をイメージした高さ  
4m、長さ30mのチューリップ回廊が見どころです。

## 砺波郁金香博览会

毎年（日本）黄金周前后，砺波市都会举办“砺波  
郁金香博览会”。这是日本最大的郁金香展，展会上有  
700个品种的300万株郁金香争芳斗艳。位于立山黑部阿  
尔卑斯山脉路线上的“大雪谷”是富山县极具代表性的  
旅游景点，一条以此为灵感打造的高4米、长30米的郁  
金香长廊是展会亮点之一。



なつ  
夏

夏季

## 黒部ダム

立山黒部アルペンルートにある黒部ダムは、日本一  
の高さを誇る巨大アーチ式ダムで、6月から10月まで  
の間、「観光放水」が行われます。轟音を上げながら

毎秒10t以上もの水が勢いよく落下する様子は、大迫  
力で見ごたえ十分。運がよければ、水しぶきに大きな  
虹が浮かぶ景色を見ることができます。



## 黒部水坝

位于立山黒部阿尔卑斯山脉路线上的黒部水坝是日本最高的拱形大水坝，（每年）6月至10月会举行“观光放水”。伴随着轰鸣的水声，每秒钟都有超过10吨水从大坝上倾泻而下，蔚为壮观，值得一看。运气好的话，还能看到一道悬浮于水花之中的大彩虹。



## 高岡山瑞龍寺

国宝・瑞龍寺は、江戸時代の加賀藩<sup>注1</sup>百二十万石の財力を如実に示す建造物です。壮大な伽藍<sup>注2</sup>配置の豪壮かつ上品な美しさに圧倒されます。高岡の開祖、加賀前田家2代目当主である前田利長<sup>注3</sup>公の菩提寺として、3代目当主・前田利常公によって建立された曹洞宗の名刹<sup>注4</sup>で、1997年に山門、仏殿、法堂が国宝に指定されています。



注1: 加賀藩，日本江戸時代の藩地之一，藩祖是前田利家。

注2: 伽藍，原指佛道修行者聚集在一起修行的场所，为清静、闲适的圣域；现多指寺院里的堂、塔、门等建筑物的集合。

注3: 前田利長，前田利长。1609年，加賀藩第二代藩主前田利长于被称为“关野”的荒野中筑城，从近郊召集居民，又建造了城邑，这就是高冈市的由来。高岡山瑞龍寺是由第三代藩主前田利常为悼念他而建造的。

注4: 名刹，名刹，指有名的寺庙。

## 高岡山瑞龍寺

日本国宝瑞龍寺是如实还原了江戸时代加賀藩一百二十万石财力的建筑。雄伟的伽藍式格局的豪壮，以及高雅的美感令人惊叹。瑞龍寺作为高岡市的创建者、第二代藩主前田利长的菩提寺，以第三代藩主前田利常建造的曹洞宗的名刹之名，其山门、佛殿、法堂于1997年被指定为日本国宝。

あき  
秋

くろべきょうこく でんしゃ  
黒部峡谷とトロツコ電車

う なづきえき      けやきだいらえき      ぜんちょう      に ほんいちぶか  
宇奈月駅から樺平駅まで全長20.1 km、日本一深い  
じきょうこく      なか      かたみちやく      じかん      ぶん      くる      べきょうこくつ  
V字峡谷の中を片道約1時間20分で結ぶ黒部峡谷鉄道  
どう      でんしや      ふか      き      こ      けわ      ききょうこく      だい し ぜん  
道・トロッコ電車。深く切れ込む陰しい峡谷の大自然  
ぜっけい      れんぞく      でんしや      い      かんどう  
は絶景の連続で、トロッコ電車でしか行けない感動の  
ひ きょう  
秘境です。



たてやまくろ べ こうよう  
立山黒部アルペンルートの紅葉

9月になると立山黒部アルペンルートでは、豊かな自然が紅く色づき始め、一足早く秋が訪れます。標高2500mに位置する室堂<sup>注</sup>周 辺は9月中旬から色づき始め、標高475mの立山駅 周 辺は11月上旬に色づくな

## 秋季

## 黑部峡谷与观光电车

黑部峡谷铁路观光电车连接宇奈月站和樺平站，全长20.1千米，位于日本最深的V字形大峡谷中，单程约1小时20分钟。峡谷幽深陡峭，自然风光旖旎，游客们到深山峡谷中寻幽访胜的唯一方式就是搭乘观光电车。

ど、約2カ月にわたって紅葉を楽しめる珍しい場所です。紅葉に彩られた絶景を眺めながらのトレッキングは気分爽快です。

注：室堂，<sup>むろどう</sup>室堂，是立山的登山据点，是修行者或登山者用于住宿或祈祷的佛堂。



## 立山黒部アル卑斯山脉路线上的红叶

立山黒部アル卑斯山脉の秋天来得比较早，一到9月，山脉沿线丰富的自然植被便渐渐浸染成红色。海拔2500米的室堂周围地区的植被自9月中旬开始变红，而海拔475米的立山站周边地区的植被则从11月上旬开

始变红，这里是难得的可以欣赏长达两个月左右红叶的地方。一边欣赏红叶映衬的绝美景色，一边信步游览，实在是令人心旷神怡。



ふゆ  
冬

冬季

### 五箇山のライトアップ

世界遺産・五箇山の冬は、ライトアップされた合掌造りの家屋が幻想的に照らし出される季節です。日が暮れてくると、雪に囲まれた合掌造りの家屋がぼんやりと柔らかな光に包まれ、まるで別世界のよう

です。日常をはなれ、その美しさにしばし時を忘れます。

(ライトアップの日程は、五箇山総合案内所にお問い合わせください。)

## 五箇山の点灯

冬天，在世界遗产五箇山，被灯光点亮的合掌造型房屋营造出了一个如梦如幻的季节。夕阳西下，白雪覆盖的合掌造型房屋被笼罩在朦胧柔和的灯光中，人们仿

佛置身于另一个世界。在这里，您可以把日常生活抛在脑后，这里的美会让您暂时忘记时间。

（关于点灯的日程，请咨询五箇山综合服务处。）



## 庄川峡遊覧船

庄川峡遊覧船では、四季折々の景観を眺めながら心が和むひとときを過ごせます。なかでも、冬の雪景色はひととき美しく、絶景に心を奪われること請け合いです。山々の美しさに身も心も癒されてみませんか。

短時間で遊覧船を気軽に楽しめるショートクルーズもあります。カップルでもファミリーでも、シチュエーションに合わせて遊覧船を楽しんでみてはいかがでしょうか。

## 庄川峡游船

乘坐庄川峡游船，可以一边眺望随四季变换的景色，一边放松心情。这里的冬季雪景尤为美丽，绝美景色引人入胜。何不让山间的美景治愈身心？

这里还有仅需比较短的时间便能轻松欣赏美景的短途游船。无论是情侣还是家庭，都可以根据自身情况体验一番乘游船观光的乐趣。





## おんせん 温泉

### う な づきおんせん 宇奈月温泉

くろ べ きようこく げんかんぐち と やまけんずい いち き ぼ ほこ  
黒部 峡谷の玄関口にあり、富山県随一の規模を誇  
おんせんきよう くろ べ がわじょうりゅう くろなぞおんせん いんとう  
る温泉郷です。黒部川上流の黒薙温泉から引湯し、  
ねん かいとう いらい おお ひとびと あい  
1923年に開湯して以来、多くの人々から愛されてき  
くろ べ がわ せいりゅう おも む しょくとうめい ゆ  
ました。黒部川の清流を思わせる無色透明の湯は、  
はだ じゃく せいたんじゆんおんせん に ほんいち とう  
肌にやさしい弱アルカリ性単純温泉で、日本一の透  
めい ど  
明度ともいわれています。源泉の温度は90度以上と  
たか からだ しん あたた くろ べ がわ ぞ た なら  
高く、体の芯から温まります。黒部川沿いに建ち並ぶ  
りよかん  
旅館やホテルからは、四季折々の表情を見せる峡谷の  
やまやま のぞ  
山々を望むことができます。

さんきよう い ち に ほんかい ちか しんせん うみ  
山峡に位置しながら日本海が近いため、新鮮な海の  
さち あじ きようこく めいすい し こ じ  
幸を味わうことができます。峡谷の名水で仕込んだ地  
ざけ じ ぜっぴん  
酒や地ビールも絶品です。

## 温泉

### 宇奈月温泉

宇奈月温泉位于黒部峡谷の入口处，是富山县内首屈一指的温泉郷。源头是黒部川上游处的黒薙温泉，宇奈月温泉自1923年开业以来，一直都很受人们喜爱。无色透明的温泉水会让人联想到黒部川の清澈水流，同时，弱碱性泉质单一的温泉水对肌肤也很温和，据说这里也是日本最清澈的温泉。泉源的温度高达90摄氏度以上，置身于温泉中，由内而外温暖全身。若是住在沿黒部川而建的旅馆或酒店，便可以清楚地望见峡谷群山四季不同的美景。

宇奈月温泉虽然位于峡谷之中，但由于靠近日本海，照样可以享用到新鲜的海味。用峡谷的优质水酿造的当地清酒和啤酒也堪称一绝。





## ぶんか 文化

### ドラえもんにあえる場所

たかおか し ふじ こ エフ ふ じ お  
高岡市 藤子・F・不二雄ふるさとギャラリー

高岡市は、まんが『ドラえもん』の生みの親である  
まんが家藤子・F・不二雄先生が生まれ育ち、20歳で  
上京するまで過ごしたふるさとです。市内には、  
「ドラえもん」をはじめ多くのキャラクターに出会え  
る場所があちこちに 있습니다。ぜひ、先生ゆかりのス  
ポットを訪れてみてください。

「高岡市 藤子・F・不二雄ふるさとギャラリー」  
は、たくさんの原画を通して、先生の足跡をたどりな  
がら、まんが家としての原点や作品のおもしろさに触  
れることができるアートギャラリーです。先生の愛用  
品や、高岡時代に描いた作品の数々、そして、『ドラ  
えもん』などの貴重な原画を展示しています。

## 文化

### 与哆啦A梦面对面

高岡市藤子・F・不二雄故乡画廊

高岡市是漫画《哆啦A梦》的作者——漫画家藤子・F・不二雄先生的故乡，他在这里出生，20岁去往东京之前一直在这里生活。市内到处都可以见到以“哆啦A梦”为首的漫画角色的形象。请一定要来这个与“哆啦A梦”的作者渊源颇深的城市感受一下当地的氛围。

“高岡市藤子・F・不二雄故乡画廊”是一个艺术画廊，在这里您可以通过藤子・F・不二雄先生的许多原画追寻他的足迹，追寻他作为漫画家的起点，体验作品中的乐趣。这里还展出了藤子・F・不二雄先生最喜欢的物品、先生在高冈生活期间创作的诸多作品，以及《哆啦A梦》等作品的珍贵原画。



©Fujiko-Pro

まんようせんたかおかえき

## 万葉線高岡駅 / ドラえもんトラム

たかおか し しゅっしん か ふじ こ エフ ふ じ お せんせい だい  
高岡市 出身のまんが家藤子・F・不二雄先生の代  
ひょうてき  
表的キャラクター「ドラえもん」は、2112年9月3日  
たんじょう び  
が誕生日です。ドラえもんトラムは「ドラえもん」  
の「せいたん ねんまえ き ねん ねん がつ うんこう  
の「生誕100年前」を記念して、2012年9月に運行を  
かいし  
開始しました。これは、先生のふるさとである高岡か  
ら、先生がまんがを通じて子どもたちに伝え続けてき  
た「ゆめ き ぼう ゆうじょう ゆう き おお こう き  
「夢」「希望」「友情」「勇气」「大なる好奇  
しん ぜんこく む はっしん みらい つた  
心」を全国に向けて発信し、未来に伝えていきたいと  
の思いから、(株) 藤子・F・不二雄プロのご協力を得  
て実現したものです。車内外にまんが『ドラえもん』  
のキャラクターがデザインされており、とても人気の  
あるトラムとなっています。ドラえもんトラムに乗り  
に、ぜひ高岡を訪れてみてください。

## 万叶线高岡駅 / “哆啦A梦”有轨电车

出生于高冈市的漫画家藤子・F・不二雄先生创作的  
代表性角色“哆啦A梦”的生日是2112年9月3日。为了  
纪念“哆啦A梦”“诞生前100周年”，哆啦A梦电车  
于2012年9月开始运营。该项目是在藤子・F・不二雄制  
作公司的协助下得以实现的。公司希望能将先生在漫画  
中传递给孩子们的“梦想”“希望”“友情”“勇气”  
“强烈的好奇心”由先生的故乡高冈市传递到日本各  
地，传递到未来。电车内外部都设计有漫画《哆啦A  
梦》中的角色而备受人们喜爱。如果有机会，请一定要  
来高冈看一看，并搭乘“哆啦A梦”有轨电车。



©Fujiko-Pro



## びしょく 美食

## 美食

### ふゆ 冬とともにやってくる、富山湾の王者ブリ

ぜんこく でも名 だか い富山湾のブリ。特に氷見の「寒ブリ」は最高級ブランドとされています。定置網漁で捕獲するため魚へのストレスが少なく、船倉で大量の氷みずで「沖じめ」にして漁港に運ばれてくるブリは鮮度抜群。荒波に揉まれ、キリッと締まった身にしっかりと脂が乗り、とろけるようにウマイのが特長です。

### 随冬而至の富山湾鱼王——鲷鱼

富山湾の鲷鱼在全日本都很有名，特别是冰见一带的“寒鲷鱼”被认为是最好的品牌。由于采用定置网捕捞，因此对鱼类造成的生存压力较小。在船舱里，人们将鲷鱼镇在大量的冰水中，这样运到渔港的鲷鱼极为新鲜。鲷鱼在波涛汹涌的大海中锻炼出的紧致的鱼肉、丰富的脂肪，使其拥有了入口即化的美妙口感。



### た くら 食べ比べたい、富山の顔！ます寿し

と やま ていばん あじ 富山の定番の味といえば、「ます寿し」です。若笹のさわやかな香りと満開のサクラを思わせる薄紅色のマスの身の印象的です。身の下には、宝石のようにかがやゆんばく す めし かお 輝く純白の酢飯が顔をのぞかせ、食欲を誘います。

ねん い じょう 200年以上にわたり受け継がれてきた秘伝の味は店でとにこだわりがあり、その違いを楽しむのも一興です。

## 无与伦比的富山之光——鳟鱼寿司

在富山，最常见的料理之一便是“鳟鱼寿司”。嫩竹叶的清香加上能令人联想到盛开樱花的淡红色鳟鱼肉，给人留下深刻的印象。鱼肉下露出宝石般晶莹剔透的纯白的醋饭，让人垂涎欲滴。在这里，每家店都有传承了200多年的独家秘制配方，体会这种味蕾上的差异也不失为一种乐趣。



## 世界でここだけ、富山湾の宝石シロエビ

春から秋にかけて獲れるシロエビを商業漁獲しているのは世界で富山湾のみです。透きとおった淡いピンク色の姿が、日を浴びてキラキラと輝くその美しさから、「富山湾の宝石」と呼ばれています。

から揚げ、昆布め、すまし汁など食べ方は多彩ですが、おすすめの食べ方はやはりお刺身です。他にはない独特のとりとした食感と上品で濃厚な甘みは富山でしか味わえません。小さな身から大きく広がる香り

## 绝无仅有的富山湾宝石——白虾

富山湾是世界上唯一一个可以从春季到秋季一直捕捞白虾的商业捕捞地。透明的淡粉色白虾在阳光下闪闪发光，因其拥有的美感也被称为“富山湾的宝石”。

白虾的食用方法很多，比如，油炸、用海带包裹、煲汤等。但还是更推荐大家生吃。只有在富山，您才能品尝到在其他任何地方都品尝不到的醇厚口感和浓郁鲜甜。白虾小小的虾身所散发出的香气一定会使您惊叹不已。





## みやげ とくさんひん お土産・特産品

### たかおかどう き 高岡銅器

高岡銅器の産地である高岡市は、日本で最初に国の  
伝統的工芸品産地の指定を受け、銅器の生産量は全国  
シェアの90%以上を誇ります。文具から香炉、花器、  
梵鐘、そして見上げる高さの大仏まで、職人たちが  
今日も銅に命を吹き込み続けています。

2020年10月に、鋳物メーカーの能作をはじめ県内6社  
の伝統工芸品を取り扱う「能作・富山ショップ」が中  
国の上海伊勢丹百貨店5階にオープンしました。ぜひ  
足を運んでみてください。

### 高岡銅器

高岡市是高岡銅器の産地、同时也是日本第一个被  
国家认定为传统工艺品产地的城市，这里铜器的产量占  
日本全国的90%以上。从文具到香炉、花瓶、梵钟，再  
到供奉瞻仰的大佛，如今，工匠们仍在为铜器注入源源  
不断的生命力。

2020年10月，“能作・富山商店”在中国上海伊势  
丹百货店五楼开门营业。“能作・富山商店”经营以器  
具制造商“能作”为首的富山县内6家制造商生产的传统  
工艺品，请您一定去看看。



## たかおかしつ き 高岡漆器

くに して いでんとうてきこうげいひん ひと え ど じ だい か が  
国指定伝統的工芸品の一つです。江戸時代に、加賀  
まえ だ け だい めとうしゆ まえ だ としながこう たかおか ち ちくじよう  
前田家2代目当主である前田利長公が高岡の地に築 城  
さい ちょうみん ちょう ど ひん つく たかおかしつ き  
した際に、町民に調度品を作らせたのが高岡漆器の起  
げん ら でん こうたく うつく あおがいぬり さいしき  
源とされています。螺鈿の光沢が美しい青貝塗や彩色  
ぎ じゆつ すぐ ちょうこくぬり たかおかぬり だいひょうてき ぎ ほう  
技術に優れた彫刻塗は、高岡塗の代表的技法です。

## 高岡漆器

高岡漆器是日本国家认定的传统工艺品之一。据说高岡漆器源于江戸时代，加賀前田家第二代藩主前田利长在高岡筑城之际让居民制作的家具。令贝壳绽放出宝石般光彩的青贝涂工艺，以及着色工艺出色的雕刻涂工艺，都是高岡漆器具有代表性的工艺技法。



## 交通アクセス

### こう ろ 航路

だいいれん だいいれんしゅうすい し こくさいくこう と やまぐこう  
大連から：大連 周 水子国際空港～富山空港  
かたみちやく じ かん ふん しゅう びん げんざいうんきゅうちゅう  
片道約2時間15分 週3便（現在運 休 中）  
ジャンハイ シャンハイブードンこくさいくこう と やまぐこう  
上 海から：上海浦东国際空港～富山空港  
かたみちやく じ かん ふん しゅう びん げんざいうんきゅうちゅう  
片道約2時間30分 週2便（現在運 休 中）

### りく ろ 陸路

とうきよう とうきょうえき と やまえきてつどう しんかんせん  
東京から：東京 駅～富山駅鉄道（新幹線）  
やく じ かん  
約2時間  
おおさか おおさかえき と やまえきてつどう とつきゅう しんかんせん  
大阪から：大阪駅～富山駅鉄道（特急、新幹線）  
やく じ かん ふん  
約2時間55分  
な ご や な ご や えき と やまえきてつどう とつきゅう しんかんせん  
名古屋から：名古屋駅～富山駅鉄道（特急、新幹線）  
やく じ かん ふん  
約2時間40分

## 交通方式

### 航空

从大连出发：从大连周水子国际机场到富山机场  
单程约2小时15分钟，每周3次航班（目前暂停）  
从上海出发：从上海浦东国际机场到富山机场  
单程约2小时30分钟，每周2次航班（目前暂停）

### 陆路

从东京出发：从东京站到富山站（新干线）  
约2小时  
从大阪出发：从大阪站到富山站（特急、新干线）  
约2小时55分钟  
从名古屋出发：从名古屋站到富山站（特急、新干线）  
约2小时40分钟

せいさくきょうりよく にほんこく じ ち たいてくさい か きょうかい ペキン じ む しょ  
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：日本自治体国际化协会北京事务所（CLAIR, Beijing）