

魅力的高知县

魅力高知县



■ 文 / 高知县

高知は、輝く太陽のもと、黒潮打ち寄せる変化に富んだ海岸線をはじめ、四万十川に代表される清流や緑深い山々など、美しく豊かな自然に恵まれています。

高知县自然环境优美，物产丰富，在充足的阳光照射下，受黑潮涨退影响，海岸线极富变化之美，以此为首，以四万十川为代表的河流清澈见底，青山郁郁葱葱。

美景 美景

室戸世界ジオパーク

室戸世界地质公园



室戸ジオパーク 室戸地质公园



室戸岬の展望台 室戸岬の眺望台

2011年に世界ジオパークに認定されました。室戸市全域がジオパークであり、地質遺産とともに文化遺産や生態系の多様性などを楽しみながら学べます。

2011年被认定为世界地质公园。室户市整个地区都是地质公园，（置身于此，）欣赏地质遗产的同时，还可以边了解文化遗产和生态系统的多样性边学习知识。

また、室戸岬はデートスポット「恋人の聖地」としても有名で、カップルで観光に訪れる人も多いです。恋人の聖地のハート型モニュメントは、写真撮影スポットとしても賑わっています。

另外，室户岬也作为约会地点“恋人的圣地”而闻名，前来观光的情侣也很多。恋人的圣地的爱心形雕塑作为拍照地也吸引了很多游客。

ひょうばく
氷瀑

冰瀑



おおたび たき
大瀧の滝 大滝瀑布



あかたき
赤滝 赤瀑

ひょうばく たき こお げんしやう きび ひ こ
氷瀑とは、滝が凍りつく現象で、厳しい冷え込み
なんにち つづ み げんしやう だんがい なが
が何日も続かないと見られない現象です。断崖を流れ
お どうどう たき ふゆ ぼ いっぺん し 30m以上
落ちる堂々とした滝も冬場には一変し、30m以上の落
さ みごと こおり はしら おんだん きこう し
差がある見事な氷の柱となり、温暖な気候で知られる
こうち ふだんみ すがた いっけん か ち
高知では普段見られない姿は一見の価値があります。

所谓冰瀑，是瀑布结冰而形成的现象，是只有严寒持续数日后才能看到的景象。在悬崖处飞流直下的瀑布在寒冬期间完全变了样子，成为洁白晶莹的冰柱，上下落差达30多米，是以气候温暖而著称的高知县平时见不到的景观，值得一看。

ゆうひ
だるま夕日

不倒翁落日



ゆうひ
だるま夕日 不倒翁落日



ゆうひ
だるま夕日 不倒翁落日

みなみかわ たいへいやう めん こうち うみ しず ゆう
南側が太平洋に面している高知では、海に沈む夕
ひ み ことが できます。だるまゆうひ とは 11月頃
がっこう かいめん かいすいおん たいき おんど さ すい
3月頃にかけて海面の海水温と大気温度差により水
じやうき ひかり くっせつ たいやう ゆき み
蒸気に光が屈折して太陽が雪だるまのように見える
げんしやう すくもし み ゆうひ こうん ゆうひ
現象で、宿毛市で見えるだるま夕日は「幸運の夕日」
い
と言われています。

高知县南邻太平洋，故而可以观看到日落大海的美景。所谓不倒翁落日，是指11月至3月期间，由于海面的海水温度和大气温度有温差，水蒸气发生光的折射现象，太阳形同雪人。在宿毛市，人们把看到的不倒翁落日称为“幸运的落日”。

アクティビティ 活动

パラグライダー 滑翔伞运动



パラグライダー 滑翔伞运动

高知ではパラグライダーも体験可能です。鳥のように空を飛んでみたいという夢をかなえてくれるスカイスポーツです。一人で楽しむにはかなり練習が必要ですが、プロと一緒に二人乗りなら、緑豊かな雄大な山々に囲まれた丘から爽快なフライトを味わえます。時には太平洋が遠望でき、肌で四季の移り変わりを感じたり、鳥の視点で眺める景色は感動します。



パラグライダー 滑翔伞运动

在高知县还可以体验滑翔伞运动，这是一项可以帮助我们实现像鸟儿一样翱翔在天空的梦想的高空运动。一个人要独自滑翔需要很多的练习，但和专业人士二人同乘滑翔伞的话，则可以在被郁郁葱葱的、雄伟的群山包围的山岗上尽情体会飞翔的感觉。有时还可以远眺太平洋，切身感受四季的变换，俯瞰远眺美景令人感动。

ホエールウォッチング 观看鲸鱼嬉戏



ホエールウォッチング 观看鲸鱼嬉戏

高知は太平洋に面しており、親子で泳ぐクジラやイルカの大群を間近に見られるポイントがたくさんあります。そのため遭遇率は85%以上。イルカは船の進行に沿って飛び跳ね、クジラは潮を吹き、尾びれも間近に見え、臨場感たっぷり。



遭遇したイルカたち 偶遇海豚

高知县邻太平洋，在海岸的多处地方都可以近距离看到亲子同游的一大群鲸鱼或海豚，因此与它们偶遇的几率达到85%以上。海豚随行进船游动，跃出水面，鲸鱼喷出水柱，在近距离还可以看到尾鳍，尽享身临其境的感觉。

めいぶつ 名物 (食べ物) 特产 (食物)

カツオのタタキ 松鯉鱼肉



カツオのタタキ 松鯉鱼肉

カツオのタタキは、^{せんだばつぐん}鮮度抜群のカツオを^{わらや}薫焼きにし、^{ひょうめん}表面は香ばしく、^{なか}中はジューシーに仕上げた一品です。^そニンニクや^すネギをたっぷり添えて、^{すき}酢を効かせた^{しょうゆ}醤油タレか、^{しお}シンプルに^{けんないかく}塩でいただきます。県内各地のお店で食べられるほか、この^{ごうかい}豪快な^{わらや}薫焼きカツオの^{つく}タタキ作りを^{たいけん}体験することができます。



^{わらや}薫焼き 稻秆烧烤

松鯉鱼肉是将超级新鲜的鯉鱼用麦秆烧烤而做成的外部香味四溢、内部多汁的一道菜肴，放入大量的蒜和葱，可以蘸有醋味的酱油汁食用，或只蘸盐食用。在高知县内各地的饭店中，除了可以品尝到这道美食，还可以尽情地体验亲手制作麦秆烧烤的松鯉鱼肉的乐趣。

キンメダイ 红金眼鯛



キンメダイ 红金眼鯛

^{かいようしんそうすい}海洋深層水で知られる^{むろと}室戸の^{うみ}海に^{はぐく}育まれたキンメダイは、^{うつく}美しい^{あかいろ}赤色をしています。^{もつと}最も^{あぶら}脂がの^{ふゆ}冬の^{しゆん}旬で、^{たんぱく}淡白で^{せんさい}繊細な^{しろみ}白身が特徴です。^{さしみ}キンメダイの刺身と^て照り^や焼き、そして^{しゆん}旬の^{じざかな}地魚の^{さしみ}刺身が^{いっしょ}一緒に^{あじ}味わうことができます。^{どん}キンメ^{ゆうめい}丼は有名です。^{さいしよ}最初はその^{うま}ままで、^{はんぶん}半分^たくらい^{うま}食べたら、^{うま}キンメダイの^{うま}旨み^{うま}たっぷりの^だだし^{じる}汁をかけても^{おい}美味しいです。



キンメ^{どん}丼 红金眼鯛鱼盖饭

以生存在深海中而闻名的、室戸的海水孕育的红金眼鯛，呈美丽的红色。冬季的红金眼鯛味道最好，脂肪层最厚，其特征是味道清淡、鱼肉为细腻的白肉。红金眼鯛鱼生鱼片、照烧，还有可以与应季的当地产的其他生鱼片一同食用的红金眼鯛盖饭都很有名。红金眼鯛盖饭先直接吃，吃到大概一半时再浇上鲜味十足的红金眼鯛鱼汤汁，也很好吃。