

# みりよくてき ならけん 魅力的な奈良県 魅力奈良县

■ 文 / 奈良县 译 / 徐佳

奈良県は、日本列島のほぼ中央に位置します。国宝彫刻の半数以上、国宝建造物の約3割を有するなど、世界に誇る多くの歴史文化遺産と、それらと一体をなす風土と豊かな自然環境に恵まれた地です。そして、これまで引き継がれてきた歴史文化を受け継ぎ、現代に活かし、未来に繋ぐ人たちの存在が今も息づいているため、仏像や歴史的建造物だけでなく、美しい自然や食・工芸・祭など、多彩で奥深い魅力を持っています。

奈良县位于日本列岛中部附近。这里坐拥半数以上的国宝级雕刻品及约三成国宝级建筑等，是一处有着众多举世闻名的历史文化遗产以及与之相融合的地方韵味和丰富的自然环境的胜地。不仅如此，在这里，至今仍活跃着一批将奈良所传承的历史文化踵事增华，融汇到现代并与未来接轨的人们。因此，奈良不仅有佛像和历史建筑，这里旖旎的自然风光，这里的美食、工艺品、庆典活动等，也多姿多彩且具有深邃的魅力。

## びけい 美景 美景

### なごうえん 奈良公園 奈良公园

東大寺や興福寺、春日大社などの歴史的文化遺産が隣接する奈良公園には、春日大社の神使とされる鹿が古くから手厚く保護されてきています。群れ歩く鹿たちはマスコットの存在で、人々の憩いの場として親しまれています。

在毗邻东大寺和兴福寺、春日大社等历史文化遗产的奈良公园里，鹿被视为春日大社的神灵使者，自古以来都受到人们的厚待。

鹿群是如同吉祥物般的存在，奈良公园是备受人们青睐的放松之地。



よしのやま  
吉野山 吉野山

ふる はな めいしよ さくら めいしよ ゆうめい  
古くから花の名所、とりわけ桜の名所として有名で  
あり、日本一の桜の名所として知られています。

自古以来，这里都是因鲜花，尤其是樱花而闻名的胜地。被视为日本樱花胜地之首。



いまいちょう  
今井町 今井镇

げんざい え ど じだい た まちや  
現在も江戸時代に建てられた町屋のほとんどがその  
すがた のこ じだいげき さつえい つか まちな  
ままの姿で残され、時代劇の撮影にも使われる街並み  
せかいてき きちよう ざいざん ねん じゅうようでんとう  
は世界的に貴重な財産であり、1993年には「重要伝統  
てきけんぞうぶつぐん ほぞんちく せんでい う  
的建造物群保存地区」の選定を受けています。

修建于江戸时代的大部分商铺至今仍保留着原有的样式，作为历史剧的拍摄地，其街道是闻名于世的珍贵财产，于1993年被选定为“珍贵传统建筑群保护区”。



そにこうげん  
曾爾高原 曾尔高原

がつちゅうじゆん がつ げ じゆん こうげんいちめん おお ほ  
9月中旬～11月下旬は高原一面を覆うススキの穂が  
きんぎん ひか かがや なみ う ひじょううつく けいかん み  
金銀の光り輝く波を打ち、非常に美しい景観を見せま  
かんさいくつし  
す。関西屈指のハイキングスポットです。

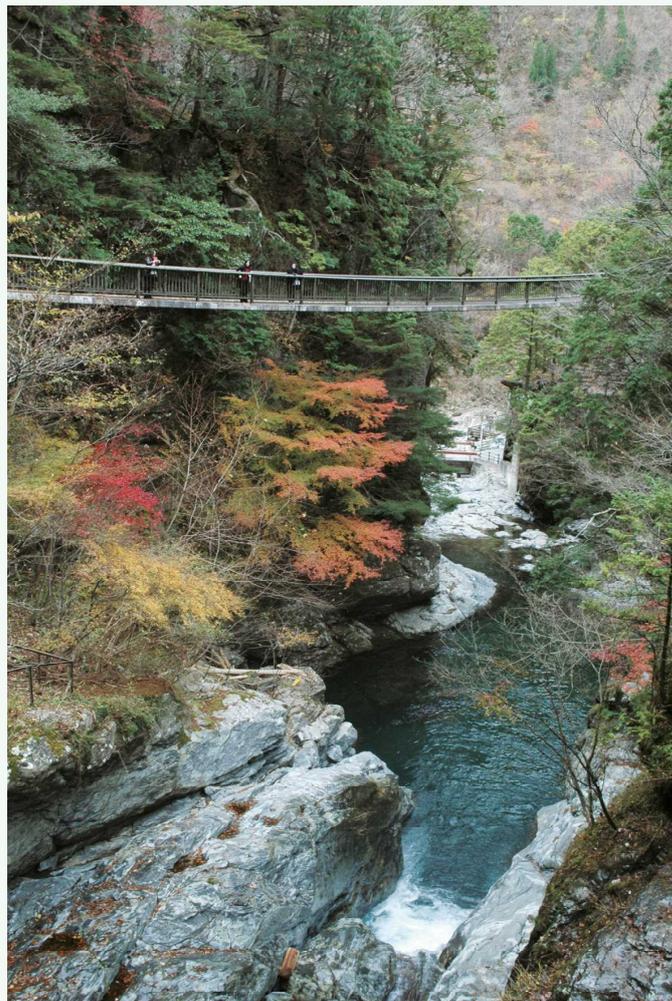
9月中旬至11月下旬，覆盖整片高原的芒草穗闪动着金银的光辉，呈现出异常美丽的景象。这里是关西首屈一指的徒步胜地。



## けいこく みたらい溪谷 御手洗溪谷

エメラルドグリーンに輝く神秘的な淵。大小様々な滝と巨岩を縫い、底まで透けて見える清流が流れる。みたらい溪谷には、川沿いに遊歩道が整備され、つりばし橋からは滝を上から眺めることもできます。新緑がきらきら輝く春、水しぶきに川サツキが美しい夏、山頂から色付く山紅葉の錦秋(11月上旬)、山水画の冬と、四季折々の景観は、近畿地方随一の美しさとたたえられています。

这里是闪烁着翡翠绿般光芒的神秘深潭。御手洗溪谷中，清流穿过大小不一的瀑布和巨大岩石，清澈见底，溪谷边设有步行栈道，从吊桥上还可俯瞰瀑布。春日，草木嫩叶的翠绿闪闪发光；夏天，飞溅的水花与溪边的杜鹃花美丽动人；锦秋（11月上旬），红叶从山顶开始着色；冬天，仿佛是一幅山水画卷。四季里有着各不相同的景致，被誉为近畿地方美景之最。



## おんせん 温泉

## 温泉

### どろがわおんせん 洞川温泉 洞川温泉

どことなくなつかしく、昭和の時代にタイムスリップした雰囲気漂わせる街並には、旅館・民宿が20数軒、そのほかに土産物店や各種の商店が軒を連ねています。

这里有着一种莫名的怀旧感，在仿佛穿越回到昭和时代的充溢着复古氛围的街道上，有着二十余家旅馆、民宿，特产店及各种商店鳞次栉比。



とつかわむら  
十津川村 十津川村

日本一大きな村として知られている十津川村には3つの温泉があり、温泉宿はもちろん、公衆浴場や足湯も楽しめます。

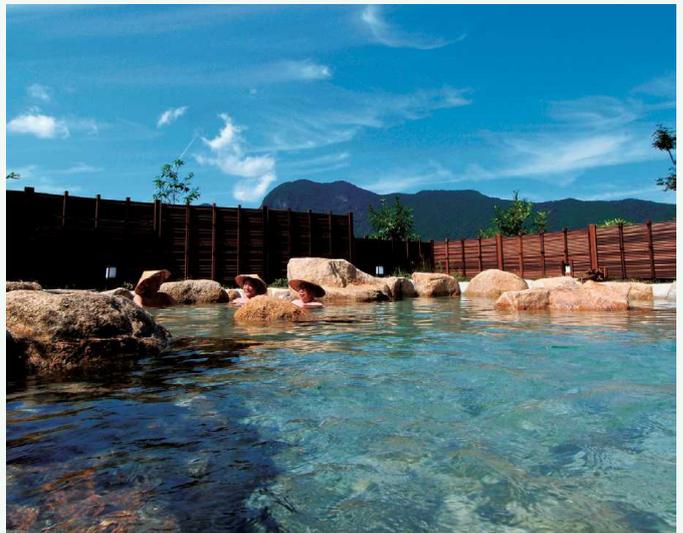
以日本第一大村而广为人知的十津川村里，有三处温泉，温泉旅馆自不必说，公共浴场和足浴也会让人非常享受。



かめ ゆ  
お亀の湯 龟之汤（温泉）

奈良県東部に位置する曽爾村にあるお亀の湯の泉質はナトリウム-炭酸水素塩温泉で、お肌にもしっとり美人の湯はお客様から評判です。2011年以降、西日本の日帰り温泉で1位をとるほどの人気の温泉です。

位于奈良县东部曾尔村的龟之汤温泉，泉质为碳酸氢钠泉，能润泽肌肤，被誉为美人之泉。2011年以后，成为西日本地区一日游温泉之首，是非常受欢迎的温泉。



ぶんか  
文化・イベント 文化・活动

わかさやま や  
若草山焼き 若草山烧山节

奈良のシンボル、若草山で行われる冬の代表的行事です。

冬の古都の夜空を赤々と染め上げ、山全体が浮かび上がるさまは壮観です。

这是在奈良的象征之地若草山举办的冬季具有代表性的活动。

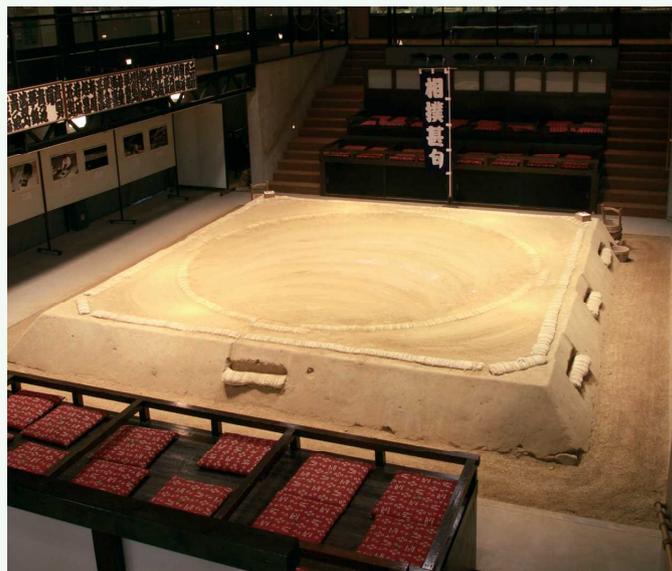
冬日里，古都的夜空被熊熊的火焰映照得通红，整座山似随热浪腾空而起的景象非常壮观。



## すもう 相撲 相扑

やく ねんまえ なら たいま たいまのけはや きょうしや  
約2000年前、奈良の当麻に当麻蹴速という強者がお  
すいにんてんのう けはや しょうぶ もの あつ たたか  
り、垂仁天皇が蹴速と勝負する者を集めて戦わせた  
きろく にほんしょき のこ  
いう記録が『日本書紀』に残っています。これによ  
なら すもう はつしょう ばしょ  
り奈良は相撲が発祥した場所といわれています。

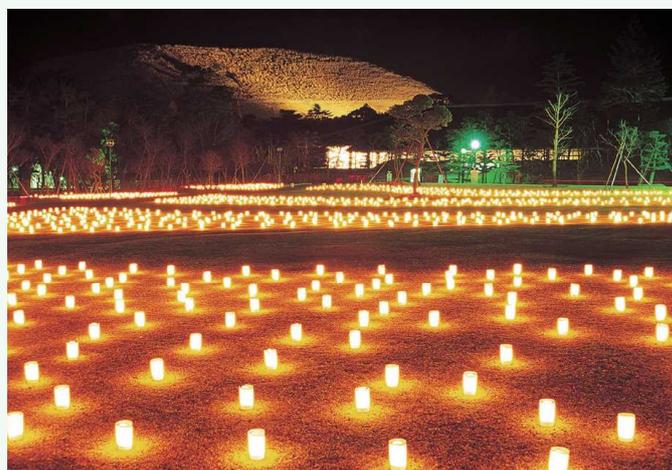
约2000年前，在奈良的当麻有一位名叫当麻蹴速的勇士，据《日本书纪》中记载，垂仁天皇曾广聚勇士与蹴速对决。由此，奈良被称为相扑的发祥地。



## とうか え なら燈花会 奈良灯花会

とうか とうしん さき はな かたち  
「燈花」とは、灯心の先のできる花の形のかたまり  
で、これができると縁起が良いといわれています。奈  
えんぎ よ い な  
ら つど ひとひと しあわ いの こ  
良に集う人々が幸せになるようにと祈りを込めて、ろ  
あか  
うそくの灯りがともされています。

“灯花”指的是灯芯的末端结成的花朵状固体，相传燃出灯花会带来好运。为了给聚集到奈良的人们祈福，奈良灯花节上会点燃蜡烛灯。



## めいぶつ た もの 名物・食べ物

## 名物・美食

### せいしゆ 清酒 清酒

なら せいしゆはつしょう ち い さげく  
奈良は「清酒発祥の地」と言われています。酒造り  
かみさま まつ おおみわじんじゃ なら けん さくらいし  
の神様を祭る大神神社は、奈良県の桜井市にあり  
ます。

奈良被誉为“清酒的发祥地”。供奉着造酒之神的  
大神神社就位于奈良县的樱井市。



かき氷 刨冰

奈良には今、質の良いふわふわの氷や、工夫を凝らしたシロップが自慢のかき氷屋さんがたくさん登場して、全国のかき氷ファンからも熱い視線を集めています。

在奈良，至今仍随处可见以蓬松优良的冰质和精心制作的糖浆为傲的刨冰店，全国喜爱刨冰的食客们都为之瞩目。



大和茶 大和茶

標高300 m以上、朝晩の温度差が激しい大和高原一帯で生産されている大和茶は薫り高く、またさわやかな後味も高く評価されている良質なお茶です。

大和茶产于海拔300米以上、早晚温差强烈的大和高原一带，香气醇厚，其清冽的后味亦获得高度评价，是品质优良的茶叶。



# みやげ お土産 礼品

## きんぎょ 金魚

いま やく ねんまえ ちゆうごくなんぶ ちほう やせい なか  
 今から約2000年前、中国南部地方で野生のフナの中  
 にかいろう あかいろ はつけん げんしゆ ひんしゆかい  
 から赤色のものが発見され、これを原種として、品種改  
 りよう くわ にほん つた なら か  
 良が加えられ、日本に伝わりました。そして奈良の下  
 きゆうぶ し ないしよく しいく きんぎょ ようしよくぎ じゆつ  
 級 武士の内職として飼育していた金魚の養 殖 技術が  
 いま やく ねんまえ ふぎん のうか つた なら すい  
 今から約150年前に付近の農家に伝えられ、奈良の水  
 り びん ち り え にほん しゆようさん ち  
 利の便の地の利を得て日本の主要産地となりました。

约2000年前，在中国南方发现的野生的鲫鱼中有红色的，人们以此为原物种进行了品种改良，传入日本。之后，奈良的低等武士作为副业饲养金鱼的养殖技术在约150年前传到附近农家，奈良得益于水源丰富这一地利的条件而成为日本主要的金鱼产地。



## なら 奈良うちわ 奈良扇

なら じだい かすがたいしや じんぐう ぐんせん かたち  
 奈良時代に春日大社の神宮が軍扇の形にならったも  
 のが奈良うちわの起源といわれ、天平文様など優雅  
 な透かし彫り文様が特徴です。

奈良时代春日大社の神宮呈军扇形状，相传这是奈良扇的起源。天平花纹等优雅且通透的雕刻花纹是其特色所在。



## いっとうぼり 一刀彫 一刀雕

ひのき かつら くすのき そざい ごうかい ほ あ  
 桧、桂、楠などを素材として、ノミで豪快に彫り上  
 りあげた上に、金箔や岩絵具などで極彩色を施しているの  
 が特徴です。

其特征是以桧木、桂木、楠木等为材料，用凿子大手笔地进行雕刻，再用金箔和日本画颜料加以润色。

