

魅力石川県

魅力石川県

文 / 石川県 译 / 王佳

石川県は、日本列島の中央部、日本海側の北陸地方に位置し、能登半島が日本海に突き出た、南北に細長い形をしています。加賀百万石の歴史や風土に培われた伝統文化・芸術をはじめ、四季折々の風情を奏でる自然景観、心温まる温泉とおもてなしの文化、豊かな食材や地域に根ざした祭りなど多彩な魅力にあふれています。

2015年3月の北陸新幹線金沢開業により、東京から約2時間30分で結ばれ、今、多くの観光客で賑わっています。

石川県位于日本列岛中部、靠近日本海一侧的北陆地区，其能登半岛部分延伸至日本海，呈南北走向的狭长形状。以加贺百万石的历史与风土中孕育的传统文化及艺术为首，奏响四季风情乐章的自然景观、暖彻心扉的温泉及待客文化、丰富多样的食材，以及在地域中深深扎根的祭祀活动等，都使石川县处处洋溢着多彩的魅力。

随着2015年3月北陆新干线金泽站的开放，从东京出发，约两个半小时便可到达石川县，如今游客络绎不绝。

びけい 美景

けんろくえん 兼六園 兼六園



けんろくえん 兼六園のシンボル 徽軫灯籠 兼六園象征 徽軫灯籠



けんろくえん 兼六園の雪景色と雪吊り 兼六園雪景及雪吊

江戸時代の回遊林泉式庭園が特徴の代表的庭園で、水戸の偕楽園、岡山の後楽園とともに日本の三名園と称されています。築庭は1676（延宝4）年に始まり、約180年を費やしました。宏大、幽邃、人力、蒼古、水泉、眺望の六勝を兼ね備えるという意味から命名されました。徽軫灯籠、雁行橋、霞ヶ池など見どころが多数あります。サクラやカキツバタ、紅葉、雪吊りと四季折々の美しさが楽しめます。

兼六園是以江戸时期回游林泉式庭院为特征的代表性庭园，与水户的偕乐园、冈山的后乐园并称为日本三大名园。庭园修筑始于1676年（延宝四年），耗时约180年，因兼具宏大、幽邃、人力、苍古、水泉、眺望这六胜之美而得名。园内有许多著名景观，如徽軫灯笼、雁行桥、霞之池等。这里还能欣赏到樱花、燕子花、红叶、雪吊这些随四季变换的美景。

白山 白山



ゆきげしょう はくさんふもと
雪化粧した白山麓
银装素裹的白山麓



はくさんしらかわごう こうよう
白山白川郷ホワイトロードからの紅葉
在白山白川乡白色大道处眺望的红叶

標高2702メートルで、富士山と並ぶ日本三名山の一つ。石川、富山、岐阜、福井の4県にまたがっています。山頂部の火山地形高山植物群落、ハイマツ林、中腹部のブナ林などがその中心です。

白山海拔2702米，是与富士山齐名的日本三大名山之一，横跨石川、富山、岐阜、福井四县。（其植被）以山顶部的火山地形高山植物群落、偃松林，以及山腰处的山毛榉林等为主。

また、ニホンザル、ツキノワグマ、カモシカなどの大型ほ乳動物の宝庫として高い評価を受けています。古来、信仰の山として長い歴史があり、近年は登山客も増加しています。

另外，白山还因其是日本猿猴、黑熊、羚羊等大型哺乳动物的宝库而获得颇高赞誉。自古以来，这里都是有着悠久历史的信仰之山，近年来登山客依然不断增加。

かくせんけい 鶴仙溪

やまなか おんせんがい そ なが だいしょう じ がわ けいこく
山中の温泉街に沿って流れる大聖寺川の溪谷で、
じょうりゅう ばし くるだにばし やく かん
上流のこおろぎ橋から黒谷橋までの約1キロの区間を
いいます。

けいこく ぞ ゆう ほど う せい び じ が た ざん しん
溪谷沿いには遊歩道が整備され、S字型の斬新なデ
ザインの「あやとりはし」、総ヒノキ造りの「こおろ
ばし こうよう じ き なが み ごと まつ お
ぎ橋」など紅葉の時期の眺めは見事です。また、松尾
ばし しょう まつ ばし しょう どう し ょ い ん づ く ぶ け や し き く た に
芭蕉を祀った芭蕉堂や、書院造りの武家屋敷に九谷
やき お が た こう り ん さ く ひ ん て ん じ む げ ん あ ん か く せん け い か わ ど こ
焼や尾形光琳の作品を展示した無限庵、鶴仙溪川床な
しゅう い み おお さん さく
ど周囲の見どころも多い散策スポットです。

沿着山中温泉街流淌的大圣寺川溪谷——鹤仙溪，
指的是从上流的蟋蟀桥到黑谷桥之间的约一公里长的
区间。

溪谷沿岸修建有步道，枫叶红了的时候，在设计新
颖的呈S形的“翻绳桥”、纯柏木建造的“蟋蟀桥”等



ばし こうよう
こおろぎ橋と紅葉 蟋蟀桥与红叶

处眺望风景，可谓美不胜收。此外，周围还有供奉着松
尾芭蕉的芭蕉堂、书院式建筑的武士宅邸中展示有九谷
烧及尾形光琳作品的无限庵、鹤仙溪河床等诸多名景，
是个散步的好去处。

しろねせんまい だ 白米千枚田

うみ ぞ きゅうしやめん まい い
海沿い1.2ヘクタールにわたる急斜面に、1000枚以
じょう た ひろ
上の田んぼが広がっています。

それぞれは耕運機も入らないほど狭く、農作業は昔
て さぎょう おこな ぎ じゆつ ろうりよく ひつよう いま
ながらの手作業で行っており、技術と労力が必要。今
では、せんまい だ こうせい のこ ほ ぞんかつどう と く
千枚田を後世に残すための保存活動に取り組ん
でいます。

へいせい ねん くに めいしやう してい やく
2001(平成13)年、国の名勝に指定されました。約
こ そうだい げんそうてき いろど
30000個のLEDが壮大かつ幻想的に彩るあぜのきらめき
ひつけん
も必見です。

在沿海面积为1.2公顷的陡坡上，分布着1000多块农
田。

每块农田狭窄得连农耕地都无法进入，自古以来农
作业都是靠双手完成，技术与劳力不可或缺。如今，为



あき せんまい だ
秋の千枚田 秋天的千枚田

了能将千枚田留存给后世，当地正在全力开展保护工作。

2001年（平成十三年），千枚田被指定为日本国家
名胜。由约三万个LED灯装饰而成的壮观而梦幻璀璨的
田埂灯光秀亦不可错过。

おんせん 温泉 温泉

やましろうおんせん 山代温泉 山代温泉

むかし こうそう ぎよう き きずぐち わ みず いや とり み
昔、高僧・行基が傷口を湧き水で癒す鳥を見て、そ
わ みず おんせん やましろうおんせん はじ い
の湧き水が温泉だったことが山代温泉の始まりと言わ
れています。それ以来「からすの湯」と呼び親しま
いらい ゆ よ した
れ、永く愛され続ける名湯となりました。江戸時代の
なが あい つづ めいとう え ど じだい
温泉街は共同浴場を中心としてまちが作られていまし
おんせんがい きようどうよくじようちゆうしん つく
た。この共同浴場が「総湯」です。そして、総湯を中
きようどうよくじよう そう ゆ そう ゆ ちゆう
心とした周囲の街並みを「湯の曲輪」といい、北陸独
しん しゆうい まちな ゆ が わ ほくりくどく
とく よ かた ねん ねんちく そう
特の呼び方となっています。2010年に、1886年築の総
ゆ ふくげん こそう ゆ たんじよう
湯を復元した「古総湯」が誕生しました。

古时，高僧行基看见鸟儿用涌泉疗伤，发现这涌泉
是一处温泉，相传这便是山代温泉的由来。在那之后，
这里被人们亲切地称为“乌鸦温泉”，成为长久以来深
受人们喜爱的著名温泉。江戸时期的温泉街是由当地建



こそう ゆ よくしつ
古総湯の浴室 古总汤的浴室

成的，以公共浴池为中心，这个公共浴池被称为“总
汤”。另外，以总汤为中心，周围的街道被称作是“温
泉巷”，成为北陆地区所特有的称呼。2010年，将1886
年修筑的总汤复原而成的“古总汤”诞生了。

やまなかおんせん 山中温泉 山中温泉

だいしやう じがわ けいこくぞ じゆんわふう りよかん なら
大 聖 寺川の溪谷沿いに純和風の旅館やホテルが並
かいとう ねん ほこ やまなか きく た お ゆ
びます。開湯1300年を誇り、「山中や菊は手折らじ湯
のほひ」と芭蕉の句にも詠まれた伝統の温泉です。
ぼしやう く よ でんどう おんせん
景勝地「鶴仙溪」に面していて、四季折々の自然
び たんのう
美が堪能できます。

在大圣寺川の溪谷沿岸，纯日式旅馆及酒店鳞次栉
比。山中温泉是有着1300年悠久历史的传统温泉，松尾
芭蕉更是留下诗句“不必折枝饮菊露，山中温泉延寿
来”。

温泉面向风景胜地“鹤仙溪”，这里四季交替的自然
美景能够让人一饱眼福。



やまなかしつ き すい あつ かくちやうたか やまなか ざ
山中漆器の粋を集めた格調高い山中座

汇集了山中漆器精华的风格壮丽的山中座

めいしよきゆうせき けんちく 名所旧跡・建築

名胜古迹和建筑

ひがし茶屋街 东茶屋街

いまでもキムスコ（木虫籠）と呼ばれる美しい出格子がある古い街並みが残り、昔の面影をとどめています。灯ともし頃にもなれば、今でも軒灯が点る茶屋から三味線や太鼓の音が聞こえてきます。五木寛之著『朱鷺の墓』の舞台としても知られています。また、2001(平成13)年に国の重要伝統的建造物群保存地区に選定され、「街並みの文化財」として保存策が進められています。

东茶屋街是一条古老的街道，至今还保留着被称作木虫笼的美丽格子窗，这里遗留着古老的风情。如今，在华灯初上之时，人们仍能听见从亮起门灯的茶屋中传来的三弦和大鼓的声音。东茶屋街还作为五木宽之所著



げいぎ ちゃやあそ
芸妓さんとの茶屋遊び 与艺妓的茶屋游艺

的《朱鹭之墓》的舞台背景而为人们熟知。此外，2001年（平成十三年），这里被选定为日本国家重要传统建筑物群保存地区，对于它作为“街道文化遗产”的保护计划正在推进中。

せいきびじゆつかん 21世紀美術館 21世纪美术馆

2004年のオープン以来、現代美術館としては異例の集客を続けています。周辺の歴史的な街並みに見事に調和する白く透明性の高い円形の建物は金沢の新しいシンボルです。

ビジュアルの美しさもさることながら、そのコンセプトも秀逸です。公園のように市民が自由気ままに入り出ることができるようにとデザインされています。



せいきびじゆつかん ぜんけい
21世紀美術館の全景 21世纪美术馆全景

21世纪美术馆在2004年开放以后，作为现代美术馆持续吸引的游客之多史无前例。高透明度的白色圆形建筑与周边具有历史韵味的街道完美地融合在一起，成为

金泽地区新的象征。

视觉之美自不必说，其概念也十分出众。美术馆被设计得如公园一样，市民可以自由进出。

めいぶつ (食べ物) 名物

名物 (美食)

かのう 加能ガニ 加能蟹



いしかわけん かのう 石川県産ブランド「加能ガニ」 石川县产的品牌“加能蟹”

いしかわけん みず あ 石川県で水揚げされるズワイガニで、青色のタグをつけているのが特徴です。

そこ あみかいきん び はつ けんないかく ち とく かなざわ 底びき網解禁後の初ものは、県内各地（特に金沢市）で珍重され、初冬の風物詩にもなっています。



いちば なら ようす 力ニが市場に並ぶ様子 螃蟹在市场中摆放着的景象

加能蟹是在石川县捕获的雪蟹，其特征是挂着浅蓝色标签。

拖网捕捞解禁后的第一捞在县内各地（特别是金泽市）倍受珍视，这亦成为当地初冬时节十分有特色的景象。

かん 寒ブリ 寒鰯鱼



あぶら さしみ 脂がのったブリの刺身 肥美的寒鰯鱼生鱼片

かなざわ ず し か さかな 金沢かぶら寿司に欠かせない魚です。

ふゆ らいめい かん たいりよう と まえ ぶ 冬の雷鳴は、寒ブリが大量に捕れる前触れとして「ぶりおこし」と呼ぶなど、石川県では古くから冬を代表する魚として親しまれています。

なな お わん いたい ぜんこく ゆうすう てい ち あみ ち たい いしかわけん 七尾湾一带は全国有数の定置網地帯で、石川県のブリ漁獲量は全国上位です。



みず あ 水揚げされたブリ 被捕获的寒鰯鱼

寒鰯鱼是制作金泽芜菁寿司时不可或缺的鱼。

冬日里的雷鸣声作为寒鰯鱼大丰收的征兆，被人们称为“鰯鱼唤”等，（体现出）寒鰯鱼作为冬日的象征，在石川县自古以来都深受人们喜爱。

七尾湾一带是全国为数不多的定置网区域，石川县的寒鰯鱼捕获量在全国名列前茅。

あま
甘エビ 甜虾



あま さしみ
甘エビの刺身 生甜虾

ひょうじゆん わ めい いしかわけん
標準和名は「ホッコクアカエビ」ですが、石川県
ち ほうめい あま いちば ひょうか たか
の地方名の「甘エビ」が市場での評価が高まるととも
な ぜんこく は きゆう いちねん つう ぎょかく
にその名が全国に波及しました。一年を通じて漁獲さ
れますが、たまご だ と あき ふゆ しゆん
卵を抱いたメスが捕れる秋から冬が旬
となっています。



あま にぎ すし
甘エビの握り寿司 甜虾饭团

甜虾的标准日式名称为“北国红虾”，随着石川县的
地方叫法“甜虾”在市场中好评如潮，这个名字也被
推广到了全国。虽然一年到头都能捕获到甜虾，但能捕
获到抱卵雌虾的秋冬季是食用的最佳季节。

ぶんか 文化・イベント

文化和活动

せいはいくさい
青柏祭 青柏祭

せいはいくさい おおとこぬしじんじや がつみつか がつみつか かいさい
青柏祭は大地主神社で5月3日から5月5日まで開催さ
れる春祭りです。神饌を青いカシワの葉に盛ってそな
える儀式がこの名の由来です。この祭りの呼びものは
ぎしき な ゆらい まつ よ
日本一の山車「デカ山」です。市内の鍛冶町・府中
にほんいち だし やま しない かじまち ふちゆう
町・魚町から3台の山車が奉納され、その豪壮な姿を
まち うおまち だい だし ほうのう とうそう すがた
競います。曳山は高さ12 m、重さ20 t、車輪直径2 m
きそ ひきやま たか おも しやりんちよつけい
という巨大なものです。2016年に国連教育科学文化
きよだい ねん こくれんきょういく か がくぶん か
機関（ユネスコ）の無形文化遺産に登録されました。
きかん むけいぶんか いさん とうろく



にほんいち やま だいなら ようす
日本一の「デカ山」が3台並ぶ様子
三座日本最大的“曳山”排列的景象

青柏祭是5月3日至5月5日期间在大地主神社举办的
春祭。名字来源于将祭神的供品供奉在绿色橡树叶上的
仪式。这个祭祀活动的看点在于日本最大的彩车“曳
山”。由市内的鍛冶町、府中町、鱼町敬奉三座彩车，

竞相展示雄伟姿态。彩车是高12米、重20吨、车轮直
径2米的庞然大物，2016年被收录进联合国教科文组织
(UNESCO)非物质文化遗产中。

の と まつ 能登のキリコ祭り 能登切子灯笼祭

にほんいざん にんてい の と まつ なつ
日本遺産に認定された「能登のキリコ祭り」は、夏
から秋にかけて、能登各地で行われます。祭りに華を
添える「キリコ」には、ちよくほうたい あんどんじょう しめん は
られた白い和紙に、文字(浮き字) や紋、絵(武者絵な
ど)が描かれ、明かりが点されるとそれが幻想的に
浮かび上がります。大きさは高さ12メートル超、100
人以上の担ぎ手を要する巨大なものから、幼児が担ぐ
可愛いものまで大小さまざまあり、祭りにより特色が
あります。

被指定为日本遗产的“能登切子灯笼祭”横跨夏秋
两季，在能登各地举行。在祭祀活动中锦上添花的“切
子灯笼”呈长方体纸罩灯状，张贴在四面的白色日本纸
上绘有文字（浮字）及花纹、图画（武者图等），点亮



たいまつ まわ らんぶ ようす
キリコが松明の周りを乱舞する様子
人们抬着切子灯笼在火把周围狂舞的景象

灯笼后这些图案就会浮现出来，可谓如梦如幻。灯笼大
小各有不同，既有高度超过12米、需要100多人扛起的
庞然大物，也有可以让小孩挑着的可爱小灯笼，根据祭
祀活动的不同而各具特色。

ごじんじょうだいこ 御陣乗太鼓 御陣乗大鼓

ごじんじょうだいこ わじまし なふねまち つた きょうどげいのう
御陣乗太鼓は、輪島市名舟町に伝わる郷土芸能で
す。てんしょう ねん うえずぎけんしん ぐんぜい なふね せ
1577（天正5）年、上杉謙信の軍勢が名舟に攻め
込んだ時に、おに ぼうれい めん かいそう かみ ふ みだ
鬼や亡霊の面に海藻の髪を振り乱しなが
らたいこ う な きしゅう しか うえずぎくん お はら
太鼓を打ち鳴らす奇襲を仕掛け、上杉軍を追い払っ
たとされています。これが、きょう まつ きょうじ ご
今日まで祭りの行事「御
陣乗太鼓」として伝えられ、けんしてい むけいみんぞくぶんか
県指定の無形民俗文化
財に指定されています。

御陣乗大鼓是流传于轮岛市名舟町的乡土艺术。
相传在1577年（天正五年），上杉谦信的军队攻打名舟
时，当地人发动偷袭，头戴鬼怪及亡灵面具，披散着海



ごじんじょうだいこ
御陣乗太鼓 御陣乗大鼓

藻做的头发，敲打着大鼓赶跑了上杉军。直至今日，作
为祭祀活动的“御陣乗大鼓”传承了下来，被指定为石
川县的无形民俗文化遗产。