

魅力的な福島県

魅力福島県

文：福島県上海事務所 译：赵宏 郝心怡

福島県は日本の東北地方の一番南に位置し、面積は北海道、岩手県に次ぐ全国3位、人口約180万人の自然豊かな県です。県内は南北方向に延びる山脈・山地によって、地形・気候・交通・歴史などに違いがあり、「会津」「中通り」「浜通り」の三地方に分けられています。2011年3月には東日本大震災に見舞われ、大きな被害を受けましたが、中国をはじめ世界中の皆さんからの御支援をいただき、かつての元気を取り戻しています。

福島県位于日本东北地区最南部，面积仅次于北海道和岩手县，居日本第3位，人口约180万，自然资源丰富。福島县内南北走向延伸的山脉和山地将福島县分为“会津”“中通”“浜通”三个地区，这三个地区的地形、气候、交通、历史等截然不同。2011年3月发生了东日本大地震，福島县遭受了巨大的损失。但在以中国为首的来自国际社会的援助下，福島县恢复了往日的活力。

びけい 美景 美景

花見山

日本を代表する写真家・故秋山庄太郎氏が「福島に桃源郷あり」とたたえて全国に紹介した、福島市が誇る花の名所です。もともとは花き生産者の花畑でしたが、今では一般の市民にも開放されていて、毎年春

には梅、桜、花桃、菜の花などが咲き乱れる光景を見に、日本全国から多くの観光客が訪れます。花々の向こうに覗く雪を頂いた吾妻山の眺めも大変綺麗です。



花见山

花见山曾被已故日本代表性摄影大师秋山庄太郎誉为“福岛自有桃源乡”，是福岛市的赏花胜地，举国闻名。原本是花卉生产商私家花田，如今面向大众开放，

每年春天梅花、樱花、桃花、油菜花等众多花卉争奇斗艳，来自日本全国各地的游客都会到此观赏这番美景。此外，花丛对面白雪皑皑的吾妻山的景致同样美不胜收。

三ノ倉高原

会津盆地を一望できる三ノ倉スキー場の広大なゲレンデのオフシーズンを活用した観光スポットで、春には菜の花が、夏から秋にかけては東北地方最大の約250万本のヒマワリが咲き誇ります。眼下に広がる花のじゅうたんとは大自然の織りなす景観は息を呑むほどの美しさです。見晴らしの丘には、菜の花やヒマワリの花言葉にちなみ「幸福の鐘」が設置されています。



三之倉高原

从三之倉高原的三倉滑雪场远眺，会津盆地尽收眼底，而福岛县充分利用了淡季时广阔的滑雪场地，将其打造成观光景点。春天是油菜花盛开的时节，夏秋季日本东北地区最大规模的约250万株向日葵竞相绽放。眼

前展现的花毯与大自然织就的景观之美令人屏息赞叹。在适于远眺的山丘上，还设置了与油菜花、向日葵的花语呼应的“幸福之钟”。



磐梯吾妻スカイライン

高湯温泉と土湯峠を結ぶ最高標高1622m、全長28.7kmの山岳観光道路で、吾妻連峰の絶景の中を縫うように走る「空の道」です。日本の道百選にも選ばれており、雪壁に囲まれて「雪の回廊」と呼ばれる春先から紅葉に彩られる秋に至るまで、雄大で変化に富んだ風景を楽しむことができます。



磐梯吾妻sky line

磐梯吾妻天空之路是一条连接高汤温泉与土汤峠的最高海拔为1622米、全长28.7公里的山间观光道路，同时也是一条贯穿吾妻连峰、于绝景之中延伸的“天空之路”。磐梯吾妻sky line入选“日本道路百选”。初春时节，道路两旁雪壁耸立，因此也被称为“雪之长廊”；到了秋天，漫山红叶层林尽染。在这里四季皆可观赏到壮观而又变化多姿的美景。

JR只見線

福島県の会津若松駅と新潟県の小出駅を結ぶ全長約135kmの鉄道路線です。列車の窓からは只見川や雄大な山々、四季折々の花々やいくつもの鉄橋とトンネル、そして農村など、魅力ある風景を楽しむことができます。特に人気が高いのが第一只見川橋梁で、大い溪谷、鉄橋と列車、川面が織りなす景色を撮影しよう

と国内外から多くのカメラマンが訪れます。2015年2月に東北観光推進機構が微博に「世界で最もロマンチックな鉄道」として写真を公開したことがきっかけとなり、「世界一ロマンチックな鉄道」として中国でも知られています。

JR只见线

JR只见线是连接福岛县会津若松站与新潟县小出站的铁路线，全长约135公里。从列车的窗口远眺，可以欣赏到只见川与雄伟的群山、四季应时盛开的花朵、无数的铁路桥和隧道，还有乡村田园等富有魅力的景致。其中，从第一只见川桥梁上所观赏到的由大溪谷、铁

桥、列车与湖面所织就的景色极有人气，为了拍下这一美景，世界各地的众多摄影师都会来到这里。2015年2月，日本东北观光推进机构在微博上发布了“世界上最浪漫的铁路”的照片，以此为契机，JR只见线因有“世界上最浪漫的铁路”之称，在中国也有了一些知名度。



あぶくま洞

8000万年という悠久の歳月をかけて作られた鍾乳洞です。鍾乳石の形の多様さは東洋一といわれています。中でもそのメインホールの「滝根御殿」は高さ29m、広さ1000㎡に及ぶ巨大な空洞となっており、見る人を圧倒します。

阿武隈洞

阿武隈洞是一处历经8000万年悠久岁月形成的钟乳石洞。洞内钟乳石形状各异。内部的主洞“泷根御殿”是一处高达29米、面积达1000平方米的巨大空洞，其庞大的规模令观光者为之惊叹。



めいしよきゅうせき

名所旧跡

名胜古迹

鶴ヶ城

会津若松市のシンボルである「鶴ヶ城」は、約630年前に作られました。正式には若松城といいます。1868年に起こった戊辰戦争注の際には、新政府軍の猛攻に耐えた「難攻不落の名城」としても有名です。赤瓦の5層の天守がとても美しく、日本百名城の一つに選ばれています。現在、天守の内部は博物館となっており、会津の歴史に触れることができます。

鶴城

作为会津若松市象征的“鹤城”，大约于630年前建成，正式名称为“若松城”。1868年爆发的戊辰战争中，因抵御住了新政府军的猛攻，被誉为“坚不可摧之名城”，因此而闻名。5层屋顶都铺着红瓦的天守阁美轮美奂，入选为“日本百座名城”之一。如今，天守阁内部被改造为博物馆，可以在馆内了解会津的历史。



大内宿

南会津地方下郷町の大内宿は、江戸時代に会津若松市と日光市今市を結ぶ重要な道の宿場町として栄えました。

現在も江戸時代の面影そのままに茅葺屋根の民家が

街道沿いに建ち並び、国選定重要伝統的建造物群保存地区に指定されています。街道に立つと江戸時代にタイムスリップしたかのような気分になります。

注：戊辰戦争，戊辰战争，是指日本历史上维新政府军与江戸幕府之间历时16个月的内战。

大内宿

位于南会津地区下乡町的大内宿，在江户时代，曾作为连接会津若松市与日光市今市的重要通道的驿站街繁荣一时。

现如今，茅草屋顶的民房沿着街道整齐排列，仍保留着江户时代的风貌，这里被指定为日本重要传统建筑群保护区。站在街边，仿佛穿越回了江户时代。



しらみず あみだどう 白水阿弥陀堂

いわき市にある国宝建造物で、およそ1000年前の平安時代後期の代表的な阿弥陀堂建築です。美しい曲線を描く屋根と背景の山々、浄土式庭園^注が調和した優雅な姿が特徴です。敷地内にある庭園の池では7月上旬ごろから古代蓮が楽しめます。

白水阿弥陀堂

白水阿弥陀堂位于磐城市，被指定为日本国宝，是约1000年前平安时代后期具有代表性的阿弥陀堂建筑物，其特点是美丽的屋顶曲线与后方的群山及净土式庭园相融合的优美风姿。7月上旬开始，可以观赏到绽放于庭园池塘中的古代莲。



^{しょうどしきていえん}
注：浄土式庭園，净土式庭园，是指日本从平安时代到镰仓时代建造的一种庭园，这种庭园的布局很大程度上受到了佛教净土思想的影响。

ナショナルトレーニングセンター「J-VILLAGE」

太平洋を望む榎葉町と広野町に位置し、サッカーをはじめとした各種スポーツや国内外の会議などのビジネス用途など、多目的に使用できる施設です。その広大な敷地には観客席付スタジアムを含め天然芝ピッチ8面、人工芝ピッチ2面、全天候型練習場、ホテル、フィットネスジム、アリーナ、プールなどがあり、これまで、サッカー日本代表はもちろん、アルゼンチン代表などが合宿を行ってきました。

東日本大震災以降は約8年にわたり、災害復旧の対応拠点として使用されていましたが、2019年4月20日に全面再開しました。



日本国家训练中心“J-VILLAGE”

日本国家训练中心“J-VILLAGE”位于可眺望太平洋的榎叶町和广野町交汇处，是一处多功能设施，既可以用作以足球为代表的多种体育运动的训练场馆，还可以用于国内外会议之类的商务用途。在其广阔的用地上，有包括配备观众席位的体育馆在内的8个天然草坪、2个人工草坪、全天候型训练场、酒店、健身房、竞技场、游泳池等设施。建立至今，日本代表团的足球运动员自不必说，阿根廷等国的代表团也曾在此集训。

东日本大地震发生后的约8年间，此训练中心一直作为灾后恢复重建的据点使用，于2019年4月20日再次全面开放。



文化 文化

相馬野馬追

「世界一の馬の祭典」といわれる相馬野馬追は、相馬家の祖といわれている平小次郎将門が約1000年前、兵の訓練のために行った祭祀が始まりといわれています。

旧相馬中村藩領（二市四町一村）を挙げて開催さ

れるこの祭りは、国の重要無形民俗文化財に指定されています。

毎年7月下旬の3日間、500余騎の甲冑騎馬武者が出

場し、勇壮華麗にして豪華絢爛に繰り上げられる様子

はまるで戦国絵巻のようです。



相马野马追

相马野马追有“世界第一马之祭典”之称，据说这个活动起源于约1000年前相马家始祖平小次郎将门为了训练武士而进行的祭典。

原相马中村藩领（二市四町一村）举全村之力举办

的这场祭典活动被指定为日本重要非物质民俗文化遗产。

每年7月下旬里的三天，五百多名身披甲冑骑马出场的武士在场上驰骋，勇猛华丽、豪奢炫目的景象仿佛在人们面前展开一幅战国时期的画卷。

ひのえまたかぶき 檜枝岐歌舞伎

神にささげる奉納歌舞伎として檜枝岐村で傳承されている伝統歌舞伎です。その昔、江戸で歌舞伎を觀劇した農民が、見よう見まねで村に伝えたのがはじまりといわれています。以来、親から子、子から孫へと270余年にわたり繼承され、衣装作りから化粧など裏方の役割もすべて村人が担っています。

昔のままの歌舞伎の姿を鑑賞できることもあり、日本中から多くの歌舞伎ファンが訪れています。

桧枝岐歌舞伎

桧枝岐歌舞伎作为献神的奉纳歌舞伎，是由桧枝岐村世代传承下来的传统歌舞伎。相传，这一艺术形式源自古时候在江户看过歌舞伎的农民照葫芦画瓢，后又将此表演传回村子。从此以后，父传子、子传孙，经过



二百七十余年的传承，从服装制作到化妆等后台工作也全由村民完成。

由于可以欣赏到原汁原味的歌舞伎表演，来自日本各地的众多歌舞伎粉丝都会到此观赏。

めいぶつ (びしょく) 名物 (美食)

喜多方ラーメン

喜多^き方^た市^かの^し当^{とう}地^ちラ^らー^めン^んです。札^{さつ}幌^{ぼろ}ラ^らー^めン^ん、博^は多^たラ^らー^めン^んと並^{なら}ぶ日^に本^{ほん}三^{さん}大^{だい}ラ^らー^めン^んの^ひつ^とといわ^いれ^ています。中^{ちゅう}国^{ごく}からや^やっ^てき^た一^{ひと}人^りの^{せい}ね^んの^{ねん}ご^ろか^ら「中^{ちゅう}華^かそ^そば^ば」を^やたい^う屋^え台^{だい}で^きっ^てう^るた^{こと}か^らは^じま^った^とさ^され^てい^ます。ス^すー^ぷは^き本^{ほん}的^{てき}に^あじ^{ょう}ゆ^ゆ味^みが^べー^す

喜多方拉面

喜多方拉面是具有当地特色的拉面，与札幌拉面、博多拉面并称为“日本三大拉面”。据说，喜多方拉面起源于一位来自中国的青年1927年开始支起摊位叫卖的“中华拉面”。喜多方拉面的特点是汤汁一般以酱油作为汤底、面是直径为3毫米至4毫米的粗面，以及独特的卷曲面身。面和汤都使用饭丰山丰沛、甘甜的水。喜多方拉面在当地扎根，形成了早饭吃拉面的“朝拉”文化。

日本酒

福^ふ島^{くしま}県^{けん}は2021年^{ねん}時^じ点^{てん}に^おい^て、全^{ぜん}国^{こく}新^{しん}酒^{しゅ}鑑^{かん}評^{ひやう}会^{かい}で^しじ^じょう^はつ^の8^{かい}回^{れん}連^{ぞく}続^{きん}金^{しょう}賞^{じゅう}受^{しやう}賞^{じょう}を^な成^とし^に遂^{ほん}げ^いた[、]日^に本^{ほん}一^{いち}の^{じっ}せ^きき^もさ^げ実^じ績^{せき}を^おい^こめ^め持^{ほう}つ^み酒^ずど^ころ^です。美^み味^みい^し米^{まい}と^さか^くら^の豊^と富^ふな^み水^{みづ}、そ^てき^どに^れい^りょう^き冷^さ涼^げな^さけ^づく^てき^{けん}に^あじ^{ょう}ゆ^ゆ味^みが^べー^す

日本酒

至2021年，福島县是拥有首个在日本新酒评鉴会上蝉联8次金奖这一日本最强战绩的酿酒地。美味的稻米、丰富的水资源，以及适度的寒冷气候条件特别适合酿酒。福島县内五十多家酒窖互相切磋、共同磨炼技术，这也算是酿造出很多美酒的秘诀。县内各地都有可以参观、试饮、品鉴的酒窖。

名物 (美食)

とな^めん^はコ^ふシ^{とめ}のある^幅3~4mm^ほど^の太^ふ太^めん^と独^ど特^{とく}の^ちち^づ縮^{とく}れ^{ちやう}が^{めん}特^{いい}徴^でです。麵^{めん}や^いい^でス^{さん}ー^ぷは^{ほう}飯^ふ豊^{みず}山^{つく}か^らの^き豊^き富^たで^{ちやう}お^しい^しい^よ水^くで^さ作^さら^れま^す。喜^き多^た方^かで^{ちやう}は^し朝^し食^{よく}に^らー^めん^を食^あべ^る「朝^あラ^さー^とい^われ^る文^{ぶん}化^かも^ねづ^いて^いま^す。



に50以上ある酒蔵がお互いに切磋琢磨しながら技を磨いていることも美味しいお酒が多く生まれる秘密です。見学や試飲・飲み比べができる酒蔵も県内各地にあります。



めいぶつ みやげ とくさんひん 名物（お土産・特産品） 名物（特産）

あか 赤べこ

ゆらゆらと揺れる首が愛らしい郷土人形です。昔、徳一大師という有名な僧が円蔵寺という寺を作る際、過酷な労働に耐えて最後まで作業を手伝ったのが赤い牛だったという伝説に基づいて作られはじめました。

小红牛

小红牛是一种民间玩偶，头部摇摇晃晃，十分可爱。据说，很久以前有一位叫“德一大师”的知名僧侣，他在建造圆藏寺之际扛过了严酷的劳动，而直到最后都协助他劳作的是一头红色的牛，小红牛的由来就是基于这一传说。之后会津地区疫病肆虐之时，传说带着红牛玩偶的孩子没有染上疫病，因此小红牛被当作躲避疫病、祈愿顺产的护身符。

その後会津地方で疫病が流行した時、赤べこを持っていた家の子供が疫病に罹らなかったことから、疫病避け、安産祈願のお守りとして定着しました。



あいづぬり 会津塗

1590年に豊臣秀吉の命を受けて会津を治めることになった蒲生氏郷公が、前任地の近江日野町から最先端の技術を持った木地師（器の木の型を作る職人）と塗師（漆を塗る職人）を招き、大きく発展しました。漆の木の栽培から加飾（漆器に紋様を施すこと）まで、作業を一貫して手がける一大産地となり、江戸時代には歴代藩主によって保護奨励され、技術革新にも取り組んだ結果、外国に輸出されるほどになりました。

江戸時代の終わりの戊辰戦争では、産地も戦禍に巻き込まれ、壊滅的な打撃を受けましたが、その後の復興により、明治時代中期には日本有数の漆器産地と



して再び活気を取り戻しました。縁起の良い松竹梅と破魔矢を組み合わせた模様は会津絵と呼ばれ、多彩な加飾の美しさが会津塗の特徴です。

会津漆器

1590年，奉丰臣秀吉之命，治理会津的蒲生氏乡从以前的任职地近江日野町招揽拥有顶尖技术的木工（制作漆器木制模型的匠人）和漆工（给漆器涂漆的匠人），制造工艺得到了极大的发展。福島县是从漆树的栽培到添加装饰（在漆器表面绘制花纹）独立承担整个作业流程的一大漆器产地。在江户时代历代藩主保护、嘉奖之下，匠人们不断进行技术革新，会津漆器得以出

口至国外。

江户时代末期的戊辰战争中，会津漆器的产地卷入战乱，遭受了毁灭性的打击。幸而之后复兴，在明治时代中期作为日本屈指可数的漆器产地再次恢复了往昔的活力。象征吉祥的松竹梅与破魔剑组合而成的花纹被称为“会津绘”，多彩的装饰之美十分有特色。

あいづ ほんごうやき

会津本郷焼

せんごく じ だい がもうじさところ あいづ わかまつ くろかわじょう あいづ つる
戦国時代に蒲生氏郷公が会津若松の黒川城（会津鶴
じょう や ね がわら や はじ
ヶ城）の屋根瓦を焼かせたのが始まりとされ、その
あと あいづ まつだいらはん そ ほしなまさゆきこう こ ようがま はんえい
後、会津松平 藩祖保科正之公の御用窯として繁栄し
ました。あいづ ほんごうやき とう き じ き りょうほう つく
会津本郷焼は陶器と磁器の両方が作られてい
めづら さん ち さまざま さくふう こ せいてき さくひん う だ
る珍しい産地で、様々な作風の個性的な作品が生み出

されています。しょう わ まち な のこ
昭和の街並みが残るメインストリート・
せ と まちどお わ ほそ みちみち かまもと てんざい
瀬戸町通りから分かれる細い道々に窯元が点在してお
かんそう のきさき お さくひん なが
り、乾燥させるため軒先に置かれている作品を眺めな
さんざく たの
がら散策するだけでも楽しめます。

会津本郷焼

会津本郷焼起源于战国时代蒲生氏乡为了修建会津若松の黒川城（今会津鶴城），曾招来匠人烧制屋顶的瓦片，之后又作为会津松平の藩祖保科正之的御用窑繁荣一时。会津本郷焼是能烧制出陶器和瓷器两种器具的罕见产地，打造出了多种风格富有个性的作品。由昭和时代的街道中遗留的主街——瀬戸町路分出的小路上还散布着一些窑炉，即使只是一边看着那些放在檐端晾干的作品一边散步，就很享受了。



交通アクセス

航空

シャanghaiブードンこさいくこう なり た こくさいくこう かたみちやく じ かん
上 海浦东国際空港～成田国際空港 片道約3時間

陸路

とうきょうえき しんかんせん やく じ かん ぶん
東 京 駅から新幹線で約1時間20分

交通路线

航空

上海浦东国际机场至成田国际机场 单程约3小时

陆路

从东京站乘坐新干线约1小时20分钟

せいさくきょうりよくにほんこく じ たいこくさい か きょうかい べ けん 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:日本自治体国際化協会北京事務所 (CLAIR, Beijing)